



**Uso del celular como estrategia evitativa en adolescentes un estudio cualitativo
descriptivo**

Andrea Liliana Viasus Castillo

**Fundación Universitaria Sanitas
Facultad de Enfermería
Maestría en Enfermería en Salud Mental
Bogotá, Colombia
2026**

**Uso del celular como estrategia evitativa en adolescentes un estudio cualitativo
descriptivo**

Andrea Liliana Viasus Castillo

**Trabajo de investigación presentada como requisito parcial para optar al título de:
Magíster en Enfermería en Salud Mental**

**Asesora:
Merilyn Guerra Ramirez
Enf MsC, PhD ©en Enfermería**

**Línea de Investigación:
Grupo de Investigación Cuidado en el Contexto Individual, Familiar y Social**

**Fundación Universitaria Sanitas
Facultad de Enfermería
Programa de Maestría en Enfermería en Salud Mental
Bogotá, Colombia
2026**

Agradecimientos

En primer lugar, agradezco a Dios por el don de la vida, por brindarme la fortaleza, la sabiduría y la perseverancia para culminar este proceso. Gracias por permitirme vivir esta experiencia, que enriqueció no solo mi formación académica, sino también mi crecimiento personal y humano.

A mi mamá, por ser el pilar fundamental de este sueño. Sin su amor, apoyo incondicional y sacrificio, este logro no habría sido posible. Cada traspasada, cada momento de cansancio y cada desafío fueron más llevaderos gracias a su compañía, su confianza y su ejemplo de fortaleza. Este triunfo también le pertenece.

A mi hija, Evaluna, quien a sus seis años comprendió, con una madurez admirable, que su mamá debía dividir su tiempo entre el estudio, el trabajo y ella. Gracias por tu paciencia, por cada abrazo que me dio fuerzas para continuar y por convertirte en mi mayor motivación para seguir adelante. Todo este esfuerzo ha sido pensando en el futuro que deseo construir a tu lado.

A mi familia, por creer siempre en mí, incluso en aquellos momentos en los que yo misma dudaba de mis capacidades. Su apoyo, sus palabras de aliento y su confianza fueron fundamentales para no desistir y continuar persiguiendo este objetivo.

A mis docentes y, de manera especial, a mi directora de trabajo de grado, por compartir sus conocimientos, orientar este proceso con compromiso y brindarme las herramientas necesarias para crecer como investigadora y como profesional.

Finalmente, expreso mi gratitud a los adolescentes que participaron en esta investigación. Su disposición, confianza y generosidad al compartir sus experiencias hicieron posible el desarrollo de este estudio y contribuyeron significativamente a la construcción del conocimiento en salud mental.

Resumen

Introducción: El celular hace parte de la vida cotidiana de los adolescentes y ha ampliado su función más allá de la comunicación, convirtiéndose en un recurso al que recurren frente a diferentes situaciones emocionales y sociales. En este contexto, algunos adolescentes describen su uso como una forma de evitar o posponer el afrontamiento de emociones, conflictos o demandas cotidianas. Describir estas experiencias resulta relevante para enfermería, al permitir aproximarse a las formas en que los adolescentes perciben el uso del celular y al significado que le atribuyen dentro de sus procesos de adaptación y afrontamiento.

Objetivo: Describir la percepción de los adolescentes sobre el uso del teléfono celular como conducta evitativa.

Metodología: Investigación cualitativa descriptiva. Participaron ocho adolescentes entre 15 y 18 años de la ciudad de Tunja, seleccionados mediante muestreo por bola de nieve. La información se obtuvo mediante entrevistas semiestructuradas y se analizó siguiendo el Análisis Temático Reflexivo de Braun y Clarke, a través de las fases de familiarización con los datos, codificación, construcción, revisión y definición de temas.

Resultados: Del análisis surgieron cuatro temas. El primero describió las situaciones relacionadas con el aburrimiento, las emociones negativas y las demandas cotidianas que los participantes asociaron con el uso del celular. El segundo reunió las experiencias en las que el dispositivo fue descrito como una estrategia para disminuir temporalmente el malestar emocional. El tercero abordó la comunicación mediada por pantallas como una alternativa para evitar la confrontación directa y facilitar la expresión de emociones. El cuarto tema integró las percepciones sobre el celular como recurso para buscar orientación y apoyo, junto con experiencias relacionadas con la exposición a contenidos considerados riesgosos. De manera transversal emergió el tema integrador: El alivio inmediato que no resuelve, construido a partir de los significados atribuidos por los participantes al uso del celular como una estrategia que ofrece alivio momentáneo sin modificar las situaciones que generan el malestar.

Conclusión: Las experiencias de los participantes sugieren que el uso del celular puede ser percibido como una estrategia de afrontamiento frente a estímulos emocionales y sociales propios de la adolescencia. Asimismo, muestran la importancia de comprender los significados atribuidos a esta práctica para orientar el cuidado de enfermería hacia el fortalecimiento de estrategias de afrontamiento adaptativas y el uso crítico y responsable de las tecnologías digitales, favoreciendo la promoción de la salud mental en adolescentes.

Palabras clave (DeCS): Adolescente; Teléfono inteligente; Adaptación psicológica; Salud mental; Enfermería.

Use of Mobile Phones as an Avoidance Strategy Among Adolescents: A Descriptive Qualitative Study

Abstract

Introduction: Mobile phones have become an integral part of adolescents' daily lives, extending their role beyond communication to serve as a resource for managing emotional and social situations. In this context, some adolescents describe mobile phone use to avoid or postpone dealing with emotions, conflicts, or everyday demands. Describing these experiences is relevant to nursing because it provides insight into how adolescents perceive mobile phone use and the meanings, they attribute to it within their processes of adaptation and coping.

Objective: To describe adolescents' perceptions of mobile phone use as avoidant behavior.

Methods: A descriptive qualitative study was conducted. Eight adolescents aged 15 to 18 years from Tunja, Colombia, participated in the study. Participants were recruited using snowball sampling. Data was collected through semi-structured interviews and analyzed using Braun and Clarke's Reflexive Thematic Analysis, following the phases of data familiarization, coding, theme development, theme review, and theme definition.

Results: Four themes were constructed from the analysis. The first described situations associated with boredom, negative emotions, and everyday demands that participants related to mobile phone use. The second encompassed experiences in which the device was described as a strategy for temporarily reducing emotional distress. The third addressed screen-mediated communication as an alternative to avoiding direct confrontation and facilitating emotional expression. The fourth integrated participants' perceptions of mobile phones as a resource for seeking guidance and support, while also describing experiences related to exposure to potentially harmful content. Across the analysis, an overarching theme emerged: *Immediate relief that does not resolve*, reflecting the meanings participants attributed to mobile phone use as a strategy that provides temporary relief without addressing the situations that generate distress.

Conclusion: Participants' experiences suggest that mobile phone use may be perceived as a coping strategy in response to emotional and social stimuli characteristics of adolescence. These findings also highlight the importance of understanding the meanings adolescents attribute to this practice in order to guide nursing care toward strengthening adaptive coping strategies and promoting the critical and responsible use of digital technologies, thereby supporting adolescent mental health.

Keywords (MeSH): Adolescents; Smartphones; Adaptation, Psychological; Mental Health; Nursing.

Tabla de contenido

1. MARCO DE REFERENCIA	10
1.1. Estado del arte	10
ANECEDENTES DEL FENOMENO	10
1.2. Descripción del problema	13
1.3. Pregunta de investigación	15
¿Qué percepciones tienen los adolescentes de 15 a 18 años de la ciudad de Tunja sobre el uso del teléfono celular como una conducta evitativa?	15
1.4. Justificación	15
1.5. Objetivos	17
2. MARCO CONCEPTUAL Y/O TEÓRICO	18
2.1 Marco conceptual	18
2.2 Marco Teórico	21
3. MARCO METODOLÓGICO	26
3.1 Enfoque de Investigación	26
3.2 Tipo de Estudio	26
3.3 Participantes	27
3.4 Criterios de Inclusión y Exclusión	27
3.5 Instrumentos de Recolección	28
3.5.1 Entrevistas Semiestructuradas	28
3.6 Procedimiento	29
3.7 Aspectos éticos	35
3.8 Criterios de rigor metodológico	37
3.8.1 Concepción del rigor en la investigación cualitativa	37
4. RESULTADOS	43
4.1 Concepto organizador central: «El alivio inmediato que no resuelve»	45
4.2 Tema 1. «¿Qué hago? Utilizo el celular»: disparadores del uso entre el malestar y el tiempo vacío	49
4.3 Tema 2. «Engañar la mente para no pensar»: el celular como regulador emocional de alivio momentáneo	52
4.4 Tema 3. «Hablar y sincerarse por chat»: relacionarse desde la pantalla, entre el refugio y la distancia	57
4.5 Tema 4. «Uno nunca sabe qué puede encontrar»: el celular como consejero impredecible	60
5. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	64
6. PRESUPUESTO	66
6.1. Presupuesto global del proyecto	67
6.1.1 Personal – Servicios técnicos	68
6.1.2 Equipos – Software	69
6.1.3 Gastos de viaje	70
6.1.4 Materiales – Suministros	70

6.1.5 Material bibliográfico	71
7. DISCUSIÓN	72
8. CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES, FORTALEZAS Y LIMITACIONES	79
8.1 Conclusiones	79
8.2 Recomendaciones	82
8.3 Fortalezas	82
8.4 Limitaciones	83
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	85
ANEXOS	93

Lista de tablas

Tabla 1. <i>Síntesis de los temas finales</i>	48
Tabla 2. <i>Cronograma de actividades</i>	65
Tabla 3. <i>Presupuesto global del proyecto</i>	67
Tabla 4. <i>Presupuesto para personal</i>	68
Tabla 5. <i>Presupuesto en equipos</i>	69
Tabla 6. <i>Gastos de viaje</i>	70
Tabla 7. <i>Gastos de materiales</i>	70
Tabla 8. <i>Gastos de material bibliográfico</i>	71

Lista de anexos

Anexo A. <i>Formato de Consentimiento Informado para padres o tutores legales</i>	93
Anexo B. <i>Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes</i>	97
Anexo C. <i>Formato asentimiento para adolescentes</i>	98

1. MARCO DE REFERENCIA

1.1. Estado del arte

El presente estado del arte pretende orientar las bases para la construcción del estudio titulado " Uso del celular como estrategia evitativa en adolescentes un estudio cualitativo descriptivo". A través del análisis de investigaciones recientes y relevantes, se busca contextualizar el fenómeno del uso problemático del celular, su relación con la regulación emocional, la nomofobia y el Fear of Missing Out (FoMO) en adolescentes, y establecer un marco sólido que permita comprender mejor las dinámicas emocionales y sociales asociadas a este fenómeno y por ende la identificación del vacío de investigación. Este enfoque contribuirá a identificar tanto los conocimientos ya establecidos como las lagunas existentes que requieren mayor exploración.

ANECEDENTES DEL FENOMENO

La investigación llevada a cabo por Villalvir (2024) se ha convertido en un referente indiscutible en el ámbito de las relaciones entre regulación emocional, nomofobia, y el Fear of Missing Out (FoMO) vivido por los adolescentes a la luz de los resultados obtenidos en una revisión sistemática desarrollada con la estrategia PICO y siguiendo las especificaciones PRISMA donde se han indagado todas las investigaciones empíricas publicadas entre el año 2015 y hasta el año 2023, donde los resultados muestran que la desregulación emocional se asocia con el uso problemático de smartphones y niveles altos de ansiedad, depresión y estrés con la preponderancia de mujeres que además aportan a la plasticidad del fenómeno demostrado al corroborar que la regulación emocional actúa como mediador para las consecuencias psicológicas de la

hiperconectividad, lo que también da pie para el diseño de programas preventivos centrados en la gestión del estrés y en hábitos digitales saludables.

Por su parte, Ruiz y Dolores (2019) abordan el uso problemático del celular desde una óptica de carácter cuantitativa, y para ello se cuenta con una muestra muy amplia de más de un millar de personas, entre los 16 y los 82 años. Fue el análisis por inferencia bayesiana el que constató que la evitación experiencial está relacionada con el uso problemático del teléfono móvil, identificando un rol mediador del sexo en estas relaciones. A pesar de que la investigación tiene un rango de edad muy amplio, los resultados aquí hallados tienen relevancia en el campo adolescente si consideramos que una mala gestión emocional puede llevar a un uso problemático de la tecnología. Esta aportación al estado de la cuestión del uso problemático del móvil ayuda a establecer un vínculo entre la consideración psicológica de la evitación y el uso problemático del smartphone; además, ayuda a complementar la evidencia en torno a dificultades emocionales de su aparición como puede ser la nomofobia o el FoMO.

Cusme y Pinto (2020) exploran desde un enfoque cualitativo cómo los adolescentes ecuatorianos usan videojuegos para evadir conflictos familiares, alterando dinámicas relacionales y generando emociones negativas. Aunque no abordan directamente la nomofobia, vinculan el uso inadecuado de tecnologías digitales con la evasión emocional y dependencia tecnológica.

Pérez y Prado (2025) examinan afrontamientos de chicas adolescentes ante cambios vitales, identificando afrontamientos orientados a la emoción, al problema y evitativos. La evasión está asociada a mayor estrés y dificultades de adaptación, mientras que la

resiliencia y autocontrol promueven una evolución más saludable, vinculando directamente a nomofobia y FoMO con la evitación.

Sologuren (2022) presenta un estudio cuantitativo sobre resiliencia y afrontamiento en adolescentes del Caserío Santa Clara de Nanay, encontrando que la resiliencia se asocia con estrategias adaptativas y es un factor protector frente a vulnerabilidades como nomofobia y FoMO.

Lo que se conoce

Se reconoce que la nomofobia en adolescentes está vinculada con trastornos de ansiedad, depresión, baja regulación emocional y alteración en la inteligencia emocional. El uso problemático del smartphone genera desajustes en el sueño, irritabilidad y estrés, mientras la supervisión familiar puede reducir estos impactos. Además, la evitación experiencial y la desregulación emocional juegan un papel clave en el uso problemático del móvil.

El uso de videojuegos como estrategia de evasión ante problemas familiares es un fenómeno documentado que contribuye a la alienación social y desarrollo de emociones negativas. Las estrategias de afrontamiento saludables, que incluyen apoyo social, resiliencia, optimismo y resolución de problemas, se asocian a mejor adaptación y protección frente al estrés digital (Guzmán & Gelvez, 2023; Valdez, 2023).

Lo que se desconoce

Aunque se han identificado vínculos entre regulación emocional, nomofobia, FoMO y uso problemático de tecnologías, existen lagunas en cómo estos fenómenos se manifiestan en diferentes contextos socioculturales específicos. Igualmente, las experiencias de acuerdo con el sexo, edad y condición familiar en la aparición y evolución de estas problemáticas no están completamente claras, especialmente en poblaciones

vulnerables o con características particulares, por lo que es prioritario comprender las percepciones de esta población.

Se requiere mayor profundización cualitativa para entender con más detalle las percepciones adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa, así como los mecanismos psicológicos y sociales que medían estas conductas. También falta evidencia sobre la efectividad a largo plazo de intervenciones preventivas y terapéuticas en diferentes contextos educativos y familiares, sin embargo, en primera instancia estas intervenciones deberían ser guiadas con una base sobre el conocimiento de primera mano de lo que perciben los jóvenes.

Este es el estado del arte sobre el uso del celular como estrategia evitativa en adolescentes, analizando diversas investigaciones que abordan fenómenos relacionados como la nomofobia, la regulación emocional, el Fear of Missing Out (FoMO), el uso problemático del teléfono móvil, el enfrentamiento a conflictos familiares y la resiliencia.

1.2. Descripción del problema

La adolescencia representa una etapa crucial del desarrollo humano, caracterizada por profundos cambios biológicos, emocionales y sociales que moldean la identidad y la autonomía del individuo (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2023). En este periodo, los adolescentes se enfrentan a múltiples desafíos relacionados con la regulación emocional, la presión social, el rendimiento académico y las relaciones interpersonales. Ante estas tensiones, muchos recurren a estrategias que les permiten lidiar con el malestar, entre ellas el uso intensivo del celular.

El celular, más allá de su función comunicativa, se ha consolidado como una herramienta omnipresente para el entretenimiento, la búsqueda de información y la interacción social

digital. No obstante, su uso excesivo ha sido vinculado con mecanismos de evitación emocional, en los que los adolescentes utilizan el celular como refugio frente a situaciones estresantes, conflictos o sentimientos negativos (Carbonell et al., 2018; Domoff et al., 2019). Este fenómeno se conoce como conducta evitativa mediada por el uso del celular y representa una forma disfuncional de afrontamiento que puede afectar gravemente el bienestar psicológico.

Numerosos estudios han evidenciado que el uso problemático del celular (UPC) se encuentra asociado a sufrimientos como síntomas de ansiedad, síntomas de depresión, trastornos de la salud del sueño y aislamiento social. Por ejemplo, Mayerhofer et al. (2024) encontraron que un 38.1% de adolescentes que presentaban sintomatología depresiva o ansiosa tenían UPC. Así mismo, otros estudios reportan que más del 55% de las jóvenes adolescentes manifiestan que tienen experiencias frecuentes u ocasionales con el UPC (Lin et al., 2023), lo cual muestra una alta prevalencia de este fenómeno. A esto se suma que los factores contextuales como la práctica autoritaria en la crianza o una disfunción familiar pueden conllevar a que los adolescentes usen el celular como método evasivo (Arrivillaga et al., 2023).

El impacto del uso evasivo del celular no solo afecta a la persona, sino que sus consecuencias se extienden con los rendimientos académicos, la salud del sueño, las habilidades sociales, la estabilidad emocional, incluso elevando problemáticas que ya existían, o ayudando a la aparición de otros trastornos psicológicos (Zhong et al., 2023). Esta situación es particularmente relevante para los y las profesionales de enfermería en salud mental, quienes deben observar estas conductas para así intervenir adecuadamente desde una visión holística, atendiendo a la población con un diseño contextualizado de la intervención, educativo y preventivo.

En este contexto, surgió la necesidad de comprender el fenómeno del uso del celular como conducta evitativa desde las perspectivas los adolescentes, que genere evidencia útil para mejorar la práctica de enfermería en salud mental y promover el desarrollo de intervenciones adecuadas a las realidades sociales, culturales y emocionales de esta población vulnerable ante el uso excesivo del celular.

1.3. Pregunta de investigación

¿Qué percepciones tienen los adolescentes de 15 a 18 años de la ciudad de Tunja sobre el uso del teléfono celular como una conducta evitativa?

1.4. Justificación

La justificación para la realización de este estudio cualitativo se sustenta en tres dimensiones fundamentales: su aportación teórica, su relevancia para la disciplina de enfermería y su impacto en la práctica en salud mental.

La justificación teórica de este estudio se fortalece al considerar que conocer las percepciones de los adolescentes sobre el uso del celular como conducta evitativa permite un análisis profundo de los modos y respuestas definidas en la Teoría de la Adaptación de Callista Roy. Esta teoría conceptualiza al individuo como un sistema abierto en constante interacción con su entorno que responde a estímulos mediante procesos cognitivos y regulatorios para adaptarse y mantener su bienestar. Los modos de adaptación (fisiológico, autoconcepto, rol e interdependiente) representan diferentes dimensiones en las cuales las respuestas del individuo pueden ser adaptativas o desadaptativas frente a esos estímulos.

Al explorar y describir las percepciones adolescentes sobre su conducta evitativa mediante el celular, fue posible afinar y profundizar los conceptos de estos modos y las respuestas observadas, enriqueciendo la comprensión teórica desde la evidencia

empírica cualitativa. Esto aportó un método para clarificar cómo se manifiestan estos modos en contextos reales, cómo las respuestas adaptativas o inefectivas se expresan en comportamientos específicos y permite identificar los factores subyacentes que influyen en dichas respuestas. En consecuencia, el estudio no solo contribuyó a aplicar la teoría sino también a desarrollar sus conceptos, fortaleciendo la base referencial para la práctica y la investigación en enfermería (Villamizar & Durán, 2012; Días et al., 2002).

Significancia para la disciplina

Para la disciplina de enfermería, el modelo de Roy ayuda a consolidar el lenguaje específico y la propia conceptualización profesional, dada su propensión hacia la intervención holística y el desarrollo conceptual de la adaptación y el bienestar de la persona. Permitió, al mismo tiempo, identificar las respuestas desadaptativas en los adolescentes y el modo o modos que se afectan mediante la intervención para que se diseñe un plan de cuidados adaptado hacia la resiliencia, la autoestima y el apoyo social. Asimismo, proporciona fundamentos basados en la evidencia que reflexionan sobre una práctica en enfermería teórica que favorezca la integración de condicionantes psicosociales y tecnológicos y que permita la articulación entre teoría, investigación e intervenciones de cuidados.

Significancia para la práctica de enfermería en la salud mental

Desde el ámbito de la práctica de la salud mental es especialmente importante entender el fenómeno del uso del celular como forma de evitación, para diseñar una estrategia de intervención en su momento y que sea contextualizada. El uso problemático del celular en los adolescentes, en relación con la evitación emocional, es un problema creciente relacionado con el uso problemático y vinculado a la salud mental y el desarrollo psicosocial de los adolescentes (Carbonell et al., 2018; Domoff et al., 2019). La

enfermería en salud mental juega un papel muy importante, no solo en el tratamiento del síntoma, sino también en la identificación de los factores emocionales, sociales y culturales que lo determinan, también en la promoción de estrategias adaptativas para que el adolescente pueda afrontar el estrés o las inseguridades que le caracterizan en esta situación. De esta forma, el estudio también ilustra la importancia de una atención integral, que ayude a promover una mejor calidad de vida y el bienestar emocional de la población adolescente.

Este enfoque también supone un valor para la conexión entre la teoría y la experiencia, lo que proporciona un fundamento para el diseño de estrategias de intervención que ayuden al desarrollo de capacidades adaptativas de los adolescentes en su contexto particular. Así, el estudio se propone como un aporte para profundizar en conceptos teóricos a partir de evidencia cualitativa contextuada, poniendo en práctica intervenciones de cuidados centradas en una persona y en sus procesos adaptativos

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Describir la percepción de los adolescentes sobre el uso del celular como una conducta evitativa.

1.5.2. Objetivos Específicos

- Identificar las situaciones en las que los adolescentes tienden a utilizar el celular como estrategia evitativa.
- Analizar las consecuencias percibidas por los adolescentes del uso del celular como estrategia evitativa en su vida social, académica y emocional.

2. MARCO CONCEPTUAL Y/O TEÓRICO

2.1 Marco conceptual

Conductas evitativas

Las conductas evitativas hacen referencia a aquellas estrategias cognitivas o comportamentales mediante las cuales un individuo intenta eludir pensamientos, emociones o situaciones que le resultan aversivas, incómodas o generadoras de ansiedad. En el ámbito de la psicología, este patrón se asocia con una baja tolerancia a la frustración y con la necesidad de escapar de experiencias internas negativas, lo cual impide el afrontamiento activo de los problemas (Hayes et al., 1996). En el caso de los adolescentes, estas conductas pueden manifestarse a través del aislamiento social, el desinterés por actividades cotidianas o, más recientemente, el uso excesivo de dispositivos móviles como medio de distracción y desconexión emocional (Pedrero et al., 2021).

La evitación, aunque en ocasiones puede proporcionar alivio temporal, se convierte en un mecanismo disfuncional cuando interfiere con el desarrollo de habilidades adaptativas y contribuye al mantenimiento o agravamiento del malestar psicológico. Esta estrategia es particularmente preocupante durante la adolescencia, etapa en la que se consolidan los recursos emocionales del individuo. En este contexto, el uso del celular se ha posicionado como una herramienta de evitación rápida, accesible y socialmente aceptada, lo que dificulta su detección y abordaje clínico.

Uso del celular en la adolescencia

El uso de teléfonos móviles en la adolescencia ha evolucionado rápidamente en las últimas décadas, pasando de ser una herramienta de comunicación a convertirse en un dispositivo multifuncional que influye en la forma en que los jóvenes interactúan con el

mundo. Este grupo etario se caracteriza por una alta dependencia del teléfono móvil para acceder a redes sociales, juegos, entretenimiento y comunicación instantánea, lo cual puede facilitar procesos de desconexión emocional y evasión de la realidad (Zhong et al., 2023).

Diversas investigaciones han demostrado una correlación significativa entre el uso problemático del celular (UPC) y problemas de salud mental como la ansiedad, la depresión, el insomnio, la irritabilidad y la baja autoestima (Elhai et al., 2019; Mayerhofer et al., 2024). Particularmente, cuando el celular se convierte en un medio para evitar el contacto con emociones negativas o situaciones sociales complejas, su uso puede transformarse en una conducta evitativa que impacta negativamente en el bienestar emocional del adolescente.

Además, este patrón de uso disfuncional se ve influido por variables contextuales como la calidad de las relaciones familiares, los estilos de crianza, el nivel de estrés académico y el acceso ilimitado a internet (Lin et al., 2023). En ese sentido, el celular no solo actúa como un catalizador de la evitación, sino que refuerza patrones de afrontamiento inadecuados, limitando la capacidad del adolescente para desarrollar estrategias más saludables de autorregulación emocional.

Precepción

Primero, Feliz, (2024) explora en su estudio de carácter exploratorio la concepción adolescente del uso del teléfono móvil entre los alumnos de 2.º y 3.º de ESO en Valladolid, y dice lo siguiente de su trabajo: “los jóvenes detectan las ventajas ejemplarizadoras de la tecnología del móvil como medio para establecer o hacer amistades” y, además, lo transmiten diciendo en su documento que “una percepción muy

benévola y provechosa de tener móvil” va unida a una incesante presión para dar respuesta a los mensajes, al mismo tiempo que una presión permanente para mantenerse conectado y dando respuesta a los mensajes ya recibidos, lo que pone de manifiesto que la connotación que tiene el dispositivo no es sólo la que tiene que ver con su funcionamiento, sino que también va relacionada con las expectativas sociales y emocionales que tiene el grupo.

Por otro lado, estudios como el de Gil y Fernández (2020), indican que los adolescentes son muy buenos consumidores digitales, pero no necesariamente productores de contenido. Esto influye también en la manera en la que se relacionan con las tecnologías móviles en los ámbitos educativos: “los teléfonos móviles son una ventana al mundo: la moderna conectividad se da a través de las pantallas”. De esta concepción de los dispositivos como herramientas de apertura a la realidad se obtiene la percepción del alumno que va más allá, incluyendo también una expectativa también en cuanto a la inmediatez y a la disponibilidad.

Por lo tanto, la forma de interpretar el celular en los jóvenes se torna en un factor filtro de la misma utilidad social con la presión continua por la tecnología, contribuyendo a su vez a interpretar este celular como facilitador de la vinculación social y fuente de presión al mismo tiempo, contribuyendo así a expresar este teléfono no sólo en tanto que objeto funcional, sino que se entiende como artefacto, extremo que contribuye a estar dando luz al contexto psicosocial. Esto es importante para poder establecer intervenciones en los jóvenes desde la enfermería que lleven a poder promover respuestas adaptativas al teléfono móvil como fuente de problemas de salud.

2.2 Marco Teórico

Modelo de Adaptación de Callista Roy

En primer lugar, el Modelo de Adaptación de Callista Roy proporciona una base teórica sólida para explicar el comportamiento humano de un modo holístico, ya que concibe al sujeto como un sistema abierto en el cual se está constantemente en interacción con el medio, lo que provoca reacciones ante los estímulos mediante la activación de los mecanismos de la adaptación (Roy, 2014); para el modelo, el objetivo principal de la enfermería es la promoción de las respuestas adaptativas que favorecen el bienestar fisiológico, psicológica y social de la persona.

Desde este mismo punto de vista, en el contexto del uso problemático del celular en el adolescente, el modelo permitió describir este comportamiento como una respuesta desadaptativa a estímulos del medio como son el estrés académico, los conflictos familiares o las presiones sociales. Inadecuadamente se ve perjudicado el modo adaptativo del autoconcepto, que está relacionado con el cómo el adolescente se percibe a sí mismo y el modo del rol interdependiente, que regula las relaciones personales y el sentido de pertenencia.

Entonces, de acuerdo con Roy, el personal de enfermería se encuentra en la tarea de identificar estas respuestas disfuncionales y planificar intervenciones que fortalezcan esta capacidad adaptativa del adolescente; pero esto no solo consiste en disminuir el uso patológico del celular. También hay que ver cómo han de llevarse a cabo las estrategias de afrontamiento, el autoconocimiento y la calidad de las relaciones sociales. De este modo, el modelo enfatiza cómo también hay que incluir el contexto ambiental, los estímulos externos e internos y la historia del adolescente y el proceso de cuidado, lo que implica que haya unas intervenciones contextualizadas y centradas en la persona.

Así, la aplicación del modelo de Roy a este fenómeno no sólo dota a la descripción del uso del móvil cuando se da como conducta evitativa, sino que, además, contribuye al desarrollo del pensamiento crítico y reflexivo en el ámbito enfermero, respecto del fortalecimiento del lenguaje disciplinar y la capacidad para realizar análisis clínico de aquellas situaciones complejas que también intervienen en la salud mental de las juventudes. Ahora bien, el uso patológico del teléfono móvil en adolescentes, más todavía cuando se da desde la conducta evitativa, ahora se hace un problema de la salud mental y que socialmente empieza a emerger como un fenómeno que está afectando a un colectivo muy vulnerable, puesto que la adolescencia es una fase crítica para el desarrollo psicosocial y emocional (Hidalgo y González, 2014).

En esta etapa de desarrollo, los adolescentes tienen que lidiar con identidades, relaciones interpersonales, regulación emocional y su integración en los entornos sociales. La incorporación de estos dispositivos móviles en la vida cotidiana había propiciado que, ante situaciones de estas tensiones, muchos adolescentes encuentren la solución de utilizar el móvil como un espacio en el que ellos pueden encontrar una forma de evasión para hacer frente a las tensiones, conflictos o malestares personales. Por lo tanto, algunos estudios han evidenciado que el uso problemático del teléfono móvil en adolescentes está asociado con padecimientos como los trastornos de ansiedad, la depresión, trastornos del sueño y el deterioro de las habilidades sociales (Olivella et al., 2023).

Este fenómeno no sólo afecta a la instancia individual en el adolescente, sino que impacta negativamente en el rendimiento académico, en el bienestar general, y por último, en las relaciones interpersonales, lograr un entendimiento a través de las prácticas del celular, en el que los adolescentes utilizan el móvil como estrategia para evadir situaciones de

angustia y sufrimiento es muy importante a la hora de poder identificar factores de riesgo socioculturales como por ejemplo, las familias autoritarias o disfuncionales y, a su vez, poder también generar estrategias contextualizadas de promoción de la salud mental en espacios escolares y también comunitarios.

Asimismo, desde esta perspectiva, el abordaje temprano del fenómeno puede contribuir a reducir la carga sobre los sistemas de salud pública al prevenir la cronificación de trastornos mentales vinculados al uso desadaptativo de la tecnología. En particular, las cifras epidemiológicas actuales muestran que un porcentaje importante de adolescentes manifiestan un uso problemático del celular, con prevalencias que superan el 55% en chicas jóvenes, lo cual evidencia un fenómeno multidimensional y de alta incidencia que requiere atención prioritaria (Olivella et al., 2023).

Por otra parte, hoy en día, el empleo del teléfono celular se ha incorporado a la rutina de los adolescentes, uno de los sectores más vulnerables en su relación con la tecnología digital. Esta generación fue criada en un entorno repleto de dispositivos móviles con acceso a internet, donde la conexión constante se considera no solo un medio de comunicación, sino también una fuente de ocio, información e incluso en algunos casos, una forma de lidiar con el malestar emocional (Carbonell et al., 2018). No obstante, esta vinculación tan estrecha con el celular ha empezado a preocupar sobre todo en el ámbito de la salud mental, dado que su uso excesivo o problemático podría estar asociado con conductas evitativas que obstaculizan el desenvolvimiento emocional y social del adolescente (Domoff et al., 2019).

En este marco, las conductas evitativas se comprenden como aquellas acciones que un individuo realiza para evadir situaciones que le causan malestar, ansiedad o incomodidad

emocional. En los adolescentes, esto se manifiesta de diferentes maneras, como el retraimiento social, la evicción de actividades demandantes o, más recientemente, a través del consumo excesivo de celulares (Wu et al., 2021). Al transformar el celular en un refugio a través de los videojuegos, las redes sociales y los programas audiovisuales, este dispositivo se convierte en una evasión ante los problemas interpersonales, el estrés académico y las inseguridades típicas de la etapa adolescente (Sánchez et al., 2022).

A este respecto, investigaciones recientes han señalado que el uso problemático de smartphones en adolescentes los hace más propensos a experimentar ansiedad, depresión y estrés, lo que sugiere la posibilidad de que esta tecnología genere evitación, la cual no solo perpetúa problemas emocionales, sino que los agrava (Elhai et al., 2019). Efectivamente, la evitación experiencial, definida como la propensión a eludir pensamientos y emociones dolorosas que rememoran situaciones difíciles, encuentra en la tecnología móvil a un potente aliado que refuerza patrones disfuncionales de afrontamiento (Pedrero et al., 2021).

De igual forma, desde la perspectiva de la enfermería en salud mental, el fenómeno presenta desafíos significativos, ya que requiere una explicación, integrando factores clínicos con dimensiones sociales, culturales y tecnológicas. La acción oportuna tomada de acuerdo con la evidencia promueve estrategias para combatir la evitación asociada con el uso excesivo de teléfonos móviles (Domoff et al., 2019).

Finalmente, este estudio se propuso describir cómo los adolescentes interactúan con sus teléfonos como un comportamiento de evitación y el impacto que tiene en su salud mental. Esta elección de enfoque surge de la intención de capturar las experiencias y significados subjetivos que los adolescentes tienen respecto a su relación con el celular

y así ayudarlos a transformar estas relaciones con el dispositivo, mejorando así la práctica de la enfermería en salud mental.

3. MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque de Investigación

El presente estudio adoptó un enfoque cualitativo, con el objetivo de describir el fenómeno del uso del celular como conducta evitativa en adolescentes. Este enfoque fue apropiado ya que permitió detallar las percepciones que los adolescentes atribuyen al uso problemático de los dispositivos móviles y su relación con la salud mental.

3.2 Tipo de Estudio

Según Polit y Beck (2017), un estudio cualitativo descriptivo es una investigación que se centra en describir de manera fiel y detallada experiencias, situaciones o percepciones desde la perspectiva de quienes las viven, sin buscar interpretaciones profundas ni generar teorías complejas. Este tipo de estudio intenta ofrecer una visión de qué ocurre, cómo ocurre y cuáles son las características de un fenómeno en la vida real y en un contexto determinado, con la intención de mantenerse próximo a los datos, evitando la ambigüedad y una interpretación excesiva. En este sentido, busco proporcionar una representación clara y completa del fenómeno estudiado, siendo especialmente útil cuando existe un conocimiento limitado sobre un tema que requiere una exploración inicial (Polit & Beck, 2017). Este marco metodológico resulta pertinente para la disciplina de enfermería, ya que permite comprender fenómenos humanos complejos, como la percepción de los adolescentes sobre el uso del teléfono celular como conducta evitativa, desde la perspectiva de quienes los experimentan.

Para el análisis de la información se adoptó el Análisis Temático Reflexivo desarrollado por Braun y Clarke (2006, 2021), un método cualitativo que permite identificar, desarrollar e interpretar elementos y temas emergentes dentro de un conjunto de datos. Este enfoque reconoce el papel activo y reflexivo de la persona investigadora en la construcción de los temas analíticos, entendidos como interpretaciones que responden a

la pregunta de investigación y se desarrollan a partir de una interacción continua con los datos. Su flexibilidad metodológica posibilita su aplicación en estudios cualitativos descriptivos orientados a comprender las percepciones y experiencias de los participantes, manteniendo un análisis sistemático y coherente con el fenómeno de interés (Braun & Clarke, 2006, 2021).

3.3 Participantes

Los participantes estuvieron representados por adolescentes de entre 15 y 18 años los cuales accedieron participar posterior al contacto por bola de nieve, en el cual los primeros participantes fueron identificados y, posteriormente, fueron referidos nuevos adolescentes para formar parte del estudio. Este tipo de muestreo fue adecuado alineado al principio de poblaciones difíciles de acceder o cuando se quiere obtener una muestra de personas con experiencias comunes en un fenómeno específico (Noy, 2008).

3.4 Criterios de Inclusión y Exclusión

Entre los criterios de inclusión se encuentran:

- Adolescentes entre 15 y 18 años.
- Adolescentes que usan el celular de manera frecuente (más de 3 horas al día).

se establecen los siguientes criterios de Exclusión:

- Adolescentes con diagnóstico de trastornos cognitivos severos que dificulten la comprensión de las preguntas.

Es importante señalar que esta exclusión se fundamenta en criterios metodológicos y no éticos, dado que dichos adolescentes ya cuentan con un diagnóstico clínico previo realizado por profesionales especialistas, con sus procesos de atención establecidos, y no se les niega participación por discriminación, sino que se busca garantizar la

pertinencia y rigor de la investigación (Ramírez et al., 2013). Para la identificación de estos adolescentes se recurrió a la información proporcionada por el responsable de su atención, validando que su condición efectivamente implicaba limitaciones cognoscitivas significativas para la participación en entrevistas, en línea con protocolos y guías clínicas previas (García & Nieto, 2014).

- Adolescentes que no cuentan con el consentimiento informado de sus padres o tutores.

3.5 Instrumentos de Recolección

3.5.1 Entrevistas Semiestructuradas

Se empleó la entrevista semiestructurada como principal técnica de recolección de datos.

Esta modalidad permitió obtener información detallada y flexible sobre las percepciones de los adolescentes respecto al uso del celular y su relación con la evasión emocional, en tanto combinó una estructura temática previamente definida con la apertura necesaria para explorar los significados particulares que cada participante otorgó a su experiencia. Las entrevistas se guiaron por una serie de preguntas abiertas que funcionaron como orientadoras y no como cuestionario cerrado, de modo que la investigadora pudo modificar el orden de las preguntas, reformularlas en el lenguaje del participante e introducir preguntas de profundización a partir de lo que el adolescente iba narrando. Esta flexibilidad resultó especialmente pertinente dado el carácter sensible de los temas abordados, pues permitió avanzar hacia contenidos de mayor carga emocional solo cuando el propio participante los introducía o los autorizaba.

La guía de entrevista se estructuró en torno a los siguientes ejes temáticos:

- Experiencia personal y patrones de uso del teléfono celular en la vida cotidiana.
- Motivos, significados y necesidades asociadas al uso del teléfono celular.

- Uso del celular como estrategia para afrontar o evitar emociones, pensamientos o situaciones sociales percibidas como difíciles.
- Papel del teléfono celular en la regulación emocional y en el afrontamiento de situaciones de malestar.
- Percepciones sobre las consecuencias del uso del celular en la salud mental, el estado emocional, el comportamiento y las relaciones interpersonales.

La guía se organizó siguiendo una secuencia que partió de preguntas de carácter general y descriptivo sobre la rutina diaria y el uso cotidiano del dispositivo, con el propósito de generar confianza y familiaridad con la dinámica conversacional, y avanzó progresivamente hacia preguntas de contenido emocional más comprometido. La guía fue revisada por la tutora del trabajo de grado antes de su aplicación y ajustada tras las primeras entrevistas, cuando se identificó que algunas preguntas resultaban redundantes y que otros contenidos, no previstos inicialmente, aparecían de manera recurrente en las narrativas. Este ajuste progresivo del instrumento es coherente con la lógica cualitativa del estudio, en la cual la recolección y el análisis de la información no constituyen momentos separados.

Cada entrevista fue registrada en audio previa autorización expresa y transcrita de manera literal. Las entrevistas tuvieron una duración aproximada de 30 minutos y se realizaron en una única sesión por participante.

3.6 Procedimiento

Aval institucional y ético. De manera previa a cualquier contacto con los participantes, el proyecto fue presentado ante comité de investigación de facultad y ética como instancia institucional que otorgó su aval registrado con numero de acta 000-026

Se socializaron los objetivos del estudio, la guía de entrevista, los mecanismos de custodia de la información y la ruta de atención prevista ante la eventual identificación de situaciones de riesgo para la salud mental de los participantes. El estudio se acogió a lo dispuesto en la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia y a la Ley 1581 de 2012 sobre protección de datos personales.

Contacto inicial y muestreo en bola de nieve. La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico en bola de nieve o por cadenas de referencia (Noy, 2008), estrategia pertinente para acceder a adolescentes dispuestos a narrar experiencias de carácter íntimo, en las cuales la confianza previa entre pares favorece la disposición a participar. El proceso se inició con dos participantes semilla contactados a través de la red de contactos personales de la investigadora. Ambos cumplían con los criterios de inclusión establecidos para el estudio y participaron de manera voluntaria, previa obtención del consentimiento informado de sus padres y de su asentimiento. a quienes se explicó el propósito del estudio en un lenguaje ajustado a su edad.

Finalizada su entrevista la cual se resalta fueron individuales, y solo en ese momento, se preguntó a cada participante si conocía a otros adolescentes que cumplieran los criterios y que pudieran estar interesados en participar.

Se solicitó de manera expresa que fuera el propio participante quien comunicara la existencia del estudio a sus posibles referidos, sin entregar a la investigadora datos de contacto de terceros que no hubiesen manifestado previamente su interés. De este modo, fue el adolescente referido quien, junto con su acudiente, estableció contacto con la investigadora, y no a la inversa. Este procedimiento resguardó la intimidad de los potenciales participantes y previno la percepción de presión derivada del vínculo entre

pares. Las cadenas de referencia se abrieron desde dos semillas independientes, con el fin de reducir la homogeneidad característica de esta técnica de muestreo.

Principio orientador del cierre. El número de participantes no se determinó mediante el criterio de saturación de datos. Siguiendo a Braun y Clarke (2021), este concepto resulta inconsistente con los supuestos del Análisis Temático Reflexivo, en el cual los temas no se agotan porque no preexisten a la interpretación de quien analiza. En su lugar, el cierre temático se orientó por el principio de suficiencia informativa o poder informativo (Malterud, Siersma y Guassora, 2016), según el cual el número de participantes depende de la especificidad del objetivo de investigación, de la densidad y riqueza de las narrativas obtenidas, de la solidez del diálogo establecido y de la existencia de un marco teórico que sostenga el análisis, y no de un número predeterminado de casos.

En este estudio, la delimitación precisa del objetivo, la especificidad de la muestra en cuanto a rango etario y contexto, la calidad del intercambio logrado en las entrevistas y el respaldo del Modelo de Adaptación de Roy permitieron considerar que ocho participantes aportaban un cuerpo de información suficiente para construir temas conceptualmente densos y coherentes con los objetivos planteados.

El cierre constituyó, por tanto, una decisión analítica argumentada y no la constatación de un punto de agotamiento de los datos.

Consentimiento informado de padres o acudientes. Dado que la totalidad de los participantes eran menores de edad, se convocó a los padres, madres o acudientes legales a un encuentro previo en el que se entregó y leyó el formato de consentimiento informado. Se explicó el objetivo del estudio, la naturaleza de las preguntas, el carácter voluntario de la participación, el uso exclusivamente académico de la información, la

anonimización mediante códigos alfanuméricos, el tiempo de custodia de los registros y los datos de contacto de la investigadora y de la tutora. Resueltas las inquietudes, quienes aceptaron firmaron el consentimiento. La firma del adulto responsable no se interpretó en ningún caso como autorización suficiente para la participación del adolescente.

Asentimiento informado del adolescente. De manera independiente, y en un encuentro separado del anterior, se explicó a cada adolescente el formato de asentimiento informado en un lenguaje sencillo. Se verificó su comprensión mediante preguntas abiertas antes de solicitar la firma, y se enfatizó que podía negarse a participar aunque su acudiente ya hubiese firmado el consentimiento, y que esa decisión no tendría efecto alguno sobre su situación académica o familiar ni sería comunicada como un incumplimiento. Solo se procedió con la entrevista cuando ambos documentos estuvieron debidamente firmados.

Disposición del espacio en las entrevistas presenciales. Siete de las ocho entrevistas se realizaron de manera presencial en un espacio dispuesto en el domicilio de los participantes, el cual garantizaba privacidad, comodidad y ausencia de interrupciones durante el desarrollo de la entrevista. Con el fin de proteger la confidencialidad de las narrativas y favorecer la libertad de expresión del adolescente, la entrevista se desarrolló únicamente entre la investigadora y el participante. Los padres, madres o acudientes permanecieron en un espacio contiguo, dentro de la misma instalación, pero fuera del lugar de la entrevista, de modo que estuvieran disponibles y accesibles en cualquier momento sin que su presencia física comprometiera la privacidad del intercambio ni condicionara las respuestas.

Esta disposición constituyó una decisión ética y metodológica deliberada, a saber, garantizó la protección propia de la investigación con menores de edad y, simultáneamente, un espacio de enunciación libre para el adolescente. Fue explicada y acordada de antemano con acudientes y participantes, y se informó que el adolescente podía solicitar la presencia de su acudiente o suspender la entrevista en cualquier momento, sin necesidad de justificación.

Entrevista realizada en modalidad virtual. Una de las ocho entrevistas se realizó por videollamada, a solicitud del participante y de su acudiente por razones de disponibilidad. Con el propósito de mantener las condiciones de equivalencia con las entrevistas presenciales, se adoptaron las siguientes previsiones, acordadas previamente con ambos: el adolescente se ubicó en una habitación cerrada de su vivienda, con la puerta ajustada y sin otras personas presentes; el acudiente permaneció en un espacio contiguo del hogar, accesible pero fuera del campo auditivo, replicando la disposición espacial de las entrevistas presenciales; se solicitó el uso de audífonos para impedir que las preguntas fueran escuchadas por terceros; se mantuvo la cámara activa durante todo el encuentro, lo que permitió a la investigadora observar las expresiones no verbales y verificar la privacidad efectiva del espacio; y se verificó al inicio de la sesión, mediante pregunta directa, que el participante se encontrara solo y cómodo para hablar con libertad.

Se aplicó la misma guía de entrevista, con idéntica secuencia de aproximación progresiva a los temas de mayor carga emocional, y la duración fue equivalente a la de las entrevistas presenciales. Los formatos de consentimiento y asentimiento fueron firmados y remitidos previamente en físico. Durante el análisis, la investigadora consignó en un

memo metodológico las particularidades del encuentro virtual y contrastó la densidad y el contenido de esta narrativa con la de las entrevistas presenciales, sin identificar diferencias en la profundidad de los relatos ni en la disposición del participante a abordar los temas sensibles. La modalidad virtual se documentó, así, como una variación en las condiciones de producción del dato, incorporada de manera reflexiva al análisis.

Desarrollo de las entrevistas. Cada entrevista fue registrada en audio previa autorización expresa y transcrita de manera literal. Con una duración aproximada de 30 minutos y se realizaron en una única sesión por participante. La investigadora inició con preguntas de carácter general sobre los patrones cotidianos de uso del celular y avanzó progresivamente hacia los temas de mayor carga emocional, siguiendo la guía semiestructurada pero adaptando el orden y la formulación de las preguntas al curso de la conversación. Se atendió de manera permanente a los signos de incomodidad del participante y se ofreció la posibilidad de pausar, omitir preguntas o finalizar el encuentro.

Devolución de resultados a los participantes. Como criterio de rigor metodológico, y una vez contruidos los temas, se realizó un proceso de devolución a los participantes. Para ello se seleccionaron tres de los ocho adolescentes entrevistados, identificados con los códigos E2, E7 y E8. La selección respondió a criterios de variación: se escogieron participantes cuyas narrativas habían aportado contenido a los distintos temas contruidos y que, en conjunto, representaban tanto las regularidades como los casos de contraste identificados en el corpus.

Cierre y ruta de atención. Al finalizar cada entrevista se destinó un momento de cierre orientado a verificar el estado emocional del participante y a agradecer su colaboración. Se previó una ruta de remisión hacia orientación de psicología, informada con antelación a adolescentes y acudientes.

Custodia y tratamiento de la información. Los audios fueron transcritos de manera literal y se eliminó todo dato que permitiera la identificación directa o indirecta de los participantes, nombrados mediante los códigos E1 a E8. Los archivos se almacenaron en un dispositivo de acceso restringido bajo custodia de la investigadora.

3.7 Aspectos éticos

La presente investigación reconoce que los adolescentes constituyen una población vulnerable que requiere de protección especial en el marco de la ética de investigación en salud. Por ello, el estudio se ciñe a lo establecido en el Código Deontológico de enfermería en Colombia, y a los principios bioéticos fundamentales de autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia (Ferro et al. 2009).

Asimismo, esta investigación se acoge a lo presentado en la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia, que establece las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud con seres humanos. Donde, según el artículo 11 de esta disposición, el estudio se clasifica como una investigación con riesgo mínimo, dado que implica únicamente entrevistas semiestructuradas, sin procedimientos invasivos ni intervenciones que puedan afectar la integridad física o psicológica de los adolescentes que participen (República de Colombia, 1993).

Esta ley, junto con el Código Deontológico de Enfermería y los principios bioéticos universales, dirigen las decisiones éticas del estudio, asegurando la protección de los adolescentes participantes, y el cumplimiento de las disposiciones nacionales en materia de investigación con poblaciones vulnerables.

En primer lugar, se respetará la autonomía, mediante la obtención del consentimiento informado de los padres o tutores legales, así como el disenso informado de los adolescentes. Esto con el objetivo de que los adolescentes comprendan la razón del

estudio, los procedimientos, los riesgos y los beneficios del mismo, así como que tienen derecho a abandonar el estudio en cualquier momento si así lo desean. La práctica se enmarca en el deber profesional de respetar la dignidad humana y los derechos de los sujetos de cuidado (República de Colombia, 1996).

El principio de beneficencia se pone de manifiesto con el aporte que el estudio entregue para la producción de conocimiento útil para el cuidado de la salud mental de adolescentes, en términos de promover estrategias de afrontamiento saludables, y al mismo tiempo, reforzar la propia práctica de la enfermería. En la misma dirección, el principio de no maleficencia tiene la intención de minimizar cualquier tipo de riesgo, incluso psicológico o emocional en las participantes. De esta manera, las entrevistas se llevarán a cabo en un ambiente seguro, con un lenguaje adecuado a la edad de los participantes y con la posibilidad de suspender la actividad si sugiere incomodidad o malestar.

Además, en coherencia con el principio de no maleficencia y con el compromiso de salvaguardar la salud mental de los participantes, la investigadora cuenta con formación en atención en intervención en crisis, lo que le permite constituirse en la primera línea de respuesta ante la identificación de malestar emocional durante el desarrollo de las entrevistas. Esta actuación contempla la contención inicial, la valoración de la situación y la adopción de medidas inmediatas orientadas a proteger el bienestar del adolescente.

En los casos en que el malestar emocional requiera una intervención especializada o seguimiento posterior, se dispondrá del acompañamiento de un profesional en psicología, quien brindará la atención correspondiente de acuerdo con las necesidades identificadas, garantizando el manejo oportuno y el cumplimiento de los principios éticos aplicables a la investigación con población adolescente.

Con respecto a la justicia, la selección de la muestra se realizará con criterios claros de inclusión y exclusión para evitar la discriminación. Junto a ello, la confidencialidad de los datos se asegurará mediante la anonimización de las entrevistas y el uso exclusivo y únicamente para fines académicos.

Conforme a lo dispuesto por el Código Deontológico del Consejo Internacional de Enfermeras (CIE, 2021), la enfermería debe proteger la privacidad de las personas, a las poblaciones en situación de vulnerabilidad y promover el bienestar en todos los contextos de cuidado e investigación. Por lo tanto, este estudio se encuentra alineado a la legislación nacional, y a los principios internacionales de ética en la enfermería.

Finalmente, la investigación se enmarca en un compromiso ético que une los principios bioéticos universales y los valores profesionales de la enfermería, garantizando que la participación de los adolescentes se produzca en condiciones de respeto, seguridad y protección integral.

Para dar cumplimiento a dichos principios, se elaboraron formatos de consentimiento informado para los padres o tutores legales (Anexo A) y de disenso informado para los adolescentes participantes (Anexo B), que serán diligenciados previamente a la recolección de la información. Estos formatos se incluyen en los anexos del trabajo para asegurar la transparencia, trazabilidad y el respaldo al proceso investigativo.

3.8 Criterios de rigor metodológico

3.8.1 Concepción del rigor en la investigación cualitativa

El rigor de este estudio no se evaluó mediante los criterios de validez, fiabilidad y objetividad propios de la investigación cuantitativa, cuyos supuestos resultan ajenos a una indagación que busca comprender significados situados y no medir variables. En su lugar se adoptó el marco de la credibilidad o confiabilidad (*trustworthiness*) formulado por

Lincoln y Guba (1985) y su desarrollo posterior en torno a la autenticidad (Guba y Lincoln, 1989), marco ampliamente consolidado en la investigación en enfermería y aplicable de manera específica al análisis temático (Nowell, 2017).

Este marco se complementó con los estándares de calidad que Braun y Clarke (2021) proponen para el Análisis Temático Reflexivo, en los cuales el rigor no reside en la obtención de consenso entre codificadores ni en la verificación externa de las interpretaciones, sino en la profundidad, la sistematicidad y la transparencia del compromiso analítico de la investigadora con los datos.

En coherencia con lo anterior, no se emplearon procedimientos de acuerdo Inter codificador ni el criterio de saturación de datos, por ser ambos inconsistentes con los supuestos del método adoptado (Braun y Clarke, 2021). A continuación, se describe cómo se materializó cada criterio.

Credibilidad

La credibilidad remite a la correspondencia entre las interpretaciones construidas y la experiencia narrada por los participantes. Se atendió mediante los siguientes procedimientos:

Compromiso prolongado con los datos. La totalidad de las entrevistas fue transcrita de manera literal y sometida a lectura repetida antes de iniciar la codificación. El corpus se recorrió íntegramente en cada fase del análisis, y no de forma parcial ni selectiva.

Anclaje verbatim de toda afirmación analítica. Cada código, cada tema y cada aseveración presentada en el capítulo de resultados se sostiene en fragmentos textuales identificados por participante y por línea de la transcripción. Ninguna interpretación se formuló sin respaldo explícito en el material.

Devolución a los participantes. Una vez contruidos los temas, se realizó un proceso de devolución con tres participantes (E2, E7 y E8), seleccionados por criterios de variación en cuanto al aporte de sus narrativas a los distintos temas y a los casos de contraste. Se les presentó la síntesis temática y los fragmentos que la sustentaban, y se les consultó si reconocían en ella el sentido de lo que habían querido expresar. Es preciso señalar que este procedimiento no se empleó como mecanismo de validación externa de una única lectura verdadera de los datos, posición que contradiría los supuestos del método, sino como práctica orientada a la coherencia interpretativa y a la restitución del conocimiento a quienes lo hicieron posible.

Acompañamiento crítico de la tutora. La tutora del trabajo de grado actuó como interlocutora crítica (*critical friend*), función que consistió en cuestionar las interpretaciones, señalar lecturas alternativas del material y exigir la justificación de cada decisión analítica. No cumplió, por tanto, un papel de codificadora independiente orientada a la búsqueda de acuerdo, sino de contraste reflexivo destinado a robustecer la argumentación.

Análisis de casos de contraste. Se buscaron de manera deliberada los relatos que no se ajustaban al patrón predominante, correspondientes a usos no evitativos o autorregulados del dispositivo. Su incorporación al análisis impidió una lectura homogénea del fenómeno y sometió a prueba la solidez del concepto organizador.

Transferibilidad

La transferibilidad no supone la generalización estadística de los hallazgos, sino la posibilidad de que otros investigadores valoren su aplicabilidad a contextos semejantes. Para hacerla posible se ofreció una descripción densa del escenario, de los

participantes y del proceso: se detallaron el rango etario (15 a 18 años), la ciudad de residencia (Tunja), la condición urbana, la escolarización, el estrato socioeconómico (2 a 4) y la presencia referida de redes de apoyo. Se describió, asimismo, la estrategia de muestreo en bola de nieve, la disposición espacial de las entrevistas, su duración y la modalidad en que se realizaron, incluida la única entrevista efectuada por videollamada. La presentación de los resultados incorpora fragmentos verbatim en extensión suficiente para que el lector acceda al material sobre el que se construyó la interpretación y pueda evaluar su plausibilidad.

El tamaño de la muestra no se justificó por saturación sino por el principio de suficiencia informativa (Malterud, Siersma y Guassora, 2016), atendiendo a la especificidad del objetivo, la densidad de las narrativas, la calidad del diálogo establecido y el respaldo del marco teórico adoptado.

Dependabilidad y auditabilidad

La dependabilidad remite a la trazabilidad del proceso analítico y a la posibilidad de que un tercero reconstruya la ruta de decisiones seguida. Se garantizó mediante la construcción de una pista de auditoría (*audit trail*) compuesta por:

Registro sistemático de la codificación. La totalidad de los códigos generados se consignó en una matriz que documenta, para cada uno, el participante, la línea de la transcripción, el fragmento verbatim, la denominación del código y su definición operativa.

Memos metodológicos. Cada decisión analítica quedó registrada junto con sus razones y las alternativas descartadas. De manera destacada, se documentó la reconfiguración de una estructura inicial de seis temas hacia los cuatro temas finales, decisión sustentada en la insuficiente distintividad conceptual de algunos de ellos y en su débil articulación con los objetivos específicos del estudio.

Auditoría de los datos. Durante la fase de codificación se realizó una verificación cruzada de los registros que permitió detectar inconsistencias en la asignación de fragmentos a determinados participantes. Estas inconsistencias fueron corregidas mediante el retorno a las transcripciones originales y la recodificación completa del material afectado, antes de que cualquier construcción temática se edificara sobre datos erróneos. La documentación de este hallazgo y de su corrección forma parte de la pista de auditoría.

Documentación del carácter iterativo del proceso. Se conservó el registro de las sucesivas versiones de los mapas temáticos y de las denominaciones asignadas, lo que permite reconstruir el recorrido recursivo entre datos, códigos y temas.

Confirmabilidad y reflexividad

La confirmabilidad exige que los hallazgos se deriven de los datos y no de las inclinaciones no examinadas de la investigadora. En el Análisis Temático Reflexivo, sin embargo, la subjetividad no se concibe como un sesgo a neutralizar sino como un recurso analítico que debe explicitarse (Braun y Clarke, 2019). Por ello, en lugar de perseguir una neutralidad inalcanzable, se practicó una reflexividad sistemática:

Se elaboraron memos reflexivos a lo largo de todo el proceso, en los cuales la investigadora registró sus reacciones frente al material, las resonancias entre las narrativas de los participantes y su propia experiencia, y las decisiones interpretativas que de ello se derivaron. Se examinó de manera explícita el efecto de su posicionamiento como estudiante de enfermería, cercana en edad a los participantes y formada en un marco disciplinar que privilegia la adaptación como categoría de análisis, sobre la

construcción de los temas. Este examen resultó particularmente relevante al abordar los contenidos sensibles del corpus, donde se cuidó de no patologizar respuestas que los propios adolescentes describen como adaptativas.

La confirmabilidad se sostiene, además, en el anclaje verbatim señalado anteriormente y en la conservación de la pista de auditoría, que permiten rastrear cada afirmación hasta el fragmento que la origina.

4 RESULTADOS

En este capítulo se presentan los resultados derivados del análisis de las ocho entrevistas semiestructuradas realizadas a adolescentes entre los 15 y los 18 años, residentes en la ciudad de Tunja. Los participantes compartían características sociodemográficas semejantes: todos residían en zona urbana, se encontraban escolarizados y pertenecían a estratos socioeconómicos entre 2 y 4. Durante las entrevistas se identificó, además, que los participantes refirieron contar con figuras de apoyo familiar o entre pares, elemento relevante al momento de comprender el recurso al dispositivo móvil en situaciones de malestar.

Los resultados se construyeron desde un diseño cualitativo descriptivo orientado a ofrecer una descripción directa y de baja inferencia de la experiencia, el significado y el sentido que los adolescentes atribuyen al uso del teléfono celular en aquellas circunstancias que asocian con el malestar emocional, con los conflictos interpersonales o con las demandas propias de la vida cotidiana.

Este diseño resulta pertinente cuando el propósito del estudio es presentar el fenómeno en los términos en que los propios participantes lo enuncian, sin someterlo a una reelaboración teórica que se distancie de sus relatos. La presentación que sigue busca dar respuesta al objetivo general del estudio y a sus objetivos específicos, y hacer explícito cómo los participantes perciben el papel que el celular desempeña en su vida emocional, social y académica.

En coherencia con la orientación descriptiva del estudio, el ATR se aplicó desde una postura contextual y mediante una codificación predominantemente semántica, es decir, atenta al contenido manifiesto de las narrativas y a las palabras empleadas por los

participantes, sin renunciar por ello a la elaboración de un nivel interpretativo cuando el propio material lo demandaba. Los nombres asignados a los temas conservan expresiones tomadas literalmente de los relatos, decisión que expresa esta misma orientación.

El procedimiento analítico fue iterativo y recursivo, conforme se describió en el capítulo anterior, y comprendió la familiarización con los datos, la codificación inicial, la agrupación de los códigos, la construcción y revisión de los temas, su definición conceptual y la elaboración de la narrativa analítica. Los temas que aquí se presentan resultan de un proceso de descripción por parte de la investigadora, sostenido en el contenido de las entrevistas, en el acompañamiento crítico de la tutora y en la devolución realizada a un grupo de participantes.

Este procedimiento permitió reconocer los patrones que atraviesan el conjunto de las narrativas y, simultáneamente, atender a las singularidades de cada experiencia. Con el fin de evitar una lectura homogénea del fenómeno, se incorporaron de manera deliberada los casos de contraste, esto es, aquellos relatos que dan cuenta de formas distintas, e incluso divergentes, de relacionarse con el teléfono celular.

A partir de ocho entrevistas semiestructuradas a adolescentes de 15 a 18 años (codificados E1 a E8), la codificación inicial (Fase 2) generó un conjunto de códigos descriptivos anclados en los relatos de los participantes, que en la Fase 3 se agruparon en cuatro temas candidatos. Tras su revisión frente a los datos (Fase 4), los temas se definieron y nombraron (Fase 5) y se integraron en la narrativa analítica que se presenta a continuación (Fase 6). El conjunto se organiza en torno a un concepto central que articula los cuatro temas y responde al objetivo general y a los objetivos específicos del estudio.

Los hallazgos se organizan en torno al concepto integrador de «*El alivio inmediato que no resuelve*», formulación que condensa el sentido predominante que los participantes atribuyen al uso del dispositivo: el celular procura una sensación pronta de alivio o de distracción frente al malestar emocional, pero no modifica ni resuelve las situaciones que lo originan. Este concepto no constituye una conclusión anticipada, sino el hilo que articula los cuatro temas construidos y que permite leerlos en su relación mutua.

De este concepto se desprenden cuatro temas. El primero recoge las circunstancias que anteceden y detonan el recurso al dispositivo. El segundo, que constituye el núcleo analítico del estudio, aborda su funcionamiento como mecanismo de regulación emocional y de evasión. El tercero examina las transformaciones que el celular introduce en las relaciones interpersonales de los adolescentes. El cuarto atiende a la dimensión ambivalente de la búsqueda de orientación a través de la pantalla, en la que confluyen tanto posibilidades de apoyo como situaciones de riesgo. En conjunto, los cuatro temas configuran una comprensión del fenómeno desde la perspectiva de los propios participantes y constituyen el punto de partida de la interpretación teórica que se desarrolla en el capítulo de discusión.

4.1 Concepto organizador central: «El alivio inmediato que no resuelve»

A lo largo de los ocho relatos, el móvil representa un regulador inmediato, de fácil acceso y de coste bajo: propicia un alivio puntual ante el malestar y ante las exigencias del vínculo, pero esa misma solución puede ir en contra del bienestar, por cuanto intensifica y posterga las emociones en juego, confronta con contenidos de riesgo y desplaza la experiencia. Los cuatro temas describen las fases de este ciclo, el momento de la activación (Tema 1), Disparadores del uso: del malestar al tiempo vacío la forma en que regula o evita el malestar (Tema 2), la manera en que reconfigura, el celular

como regulador / evasión emocional (Tema 3) y la forma en que el expone vínculos, relacionarse desde la pantalla. (Tema 4) El celular como consejero ambiguo exposiciones, orientaciones que pueden generar riesgos; mientras que diversos casos de contraste catalogan usos no evitativos o autorregulados que permiten observar cómo patrones de crianza modifican dicho fenómeno, tal como se describe en la figura 1

Figura 1.
Estructura temática del estudio

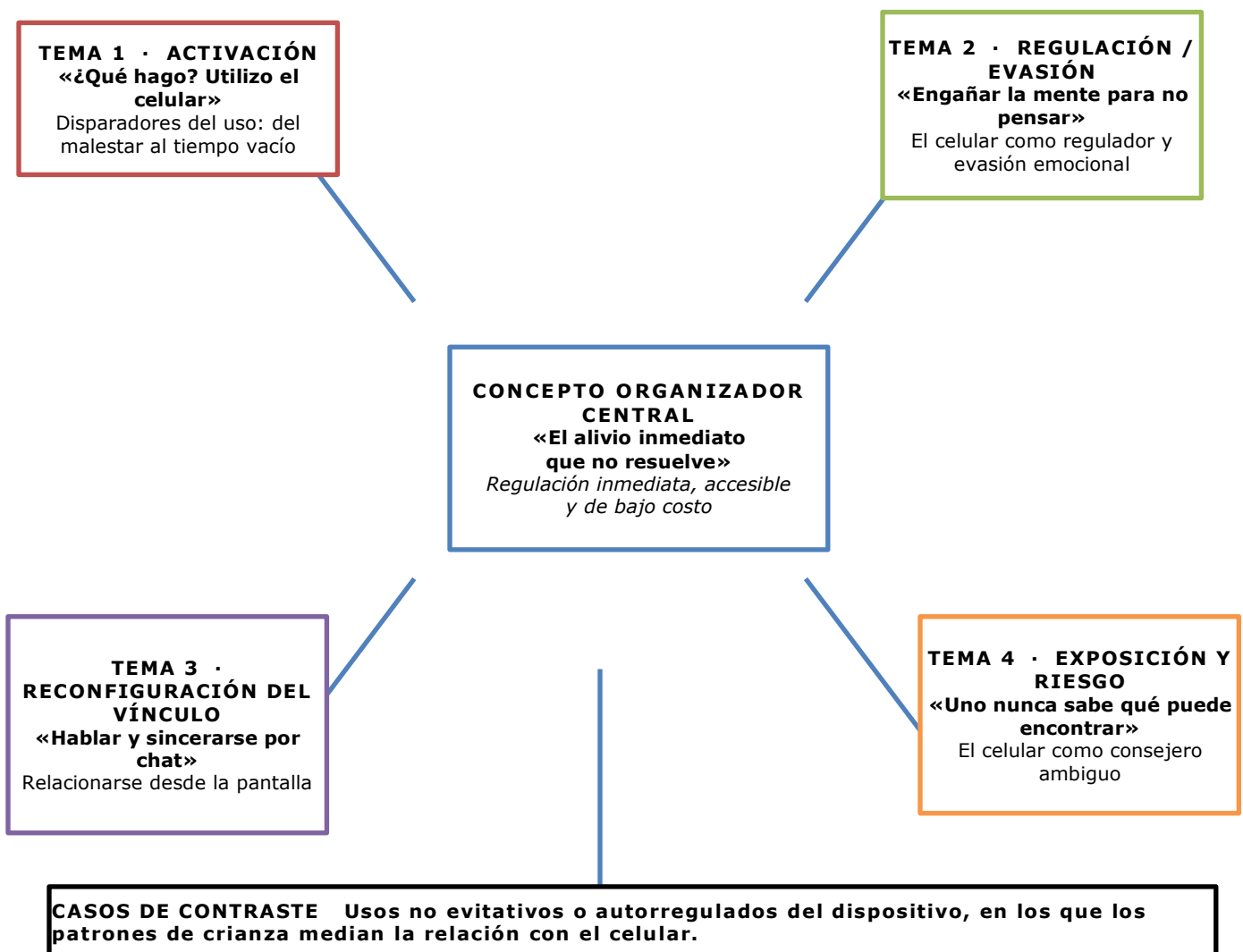


Figura 1 El ciclo del alivio inmediato: Descripción por fases del fenómeno Nota.

Adaptado de Esquema temático Elaboración propia a partir del análisis temático

reflexivo de las entrevistas, siguiendo el enfoque metodológico de Braun y Clarke por
Autor investigador, Año 2026

Este concepto organizador expresa que el celular es apropiado para los adolescentes como una herramienta de acceso inmediato y de evasión cuando (en la situación y en el contexto día a día) los adolescentes se encuentran ante situaciones de aburrimiento, ansiedad, tristeza, controversia o incomodidad social.

La disponibilidad permanente, la facilidad de acceso, y la opción de proporcionar estímulos constantes, permite que se convierta en el recurso utilizado para responder cuando las sensaciones de incomodidad acuden a la mente de los adolescentes; es decir, en este sentido el alivio no puede ser entendido como la solución a las situaciones que provocan la tensión en los más jóvenes, se debe entender como una fuente de distracción del momento que permite atenuar la intensidad de las emociones. No obstante, una vez se encuentra el final de la interacción con el celular los participantes reconocen sus problemas, preocupaciones o controversias presentes, siendo así que el uso del celular tiende a repetirse como recurso de evasión.

Desde esta perspectiva, el concepto «El alivio inmediato que no resuelve» articula los cuatro subtemas que emergieron del análisis y permite concebir el fenómeno como un proceso de carácter dinámico. En primer lugar, los adolescentes describen las situaciones que determinan el uso del celular, asociadas a los estados emocionales, conflictos interpersonales o estados de ociosidad. Inicialmente, el celular desempeña una determinada función para regular las emociones que brinda una sensación temporal de bienestar.

Una vez el celular ha sido utilizado, sobresale el modo de poder establecer y mantener las relaciones sociales, siendo que en muchos casos puede contribuir para promover la comunicación mediada por pantallas y el distanciamiento del contacto físico. Finalmente, el celular también llega a constituir el espacio en el que se puede buscar o encontrar respuestas ante situaciones personales, aunque los propios participantes reconocen que esta búsqueda puede tener sus beneficios pero también conlleva la posibilidad de riesgos dada la exposición de contenidos que pueden resultar no deseables y potencialmente perjudiciales. De este modo, el concepto organizador articula los diferentes hallazgos y otorga una visión global sobre la forma de cómo el uso del celular puede entenderse como una conducta de evasión de carácter cotidiano en la experiencia de los adolescentes.

Tabla 1.

Síntesis de los temas finales

Tema final	Definición analítica	Extracto representativo
Tema 1. «¿Qué hago? Utilizo el celular»: disparadores del uso entre el malestar y el tiempo vacío	Situaciones y estados que activan el recurso al celular: aburrimiento y tiempo vacío, detonantes emocionales y relacionales, hábito normalizado y necesidad académica.	«Cuando estoy desocupado, cuando no tengo algún oficio (.) ¿Qué hago? Utilizo el celular» (E1, 010).
Tema 2. «Engañar la mente para no pensar»: el celular como regulador	Uso del celular para suspender o regular estados emocionales negativos. El alivio es momentáneo y a veces contraproducente. Incluye	«Algo que hacemos solo como por distraer la mente, engañar la mente para no pensar

emocional de alivio momentáneo	recursos alternativos y casos de contraste.	tantas cosas» (E2, 040).
Tema 3. «Hablar y sincerarse por chat»: relacionarse desde la pantalla, entre el refugio y la distancia	Reconfiguración del vínculo: preferencia por la comunicación mediada, evitación de la presencia, miedo al juicio y a la incompreensión; la pantalla como distancia protectora y espacio de expresión.	«A las personas introvertidas como yo... prefieren sincerarse por chat porque nos permite expresarnos más libremente y con más confianza» (E5, 050).
Tema 4. «Uno nunca sabe qué puede encontrar»: el celular como consejero impredecible	El celular y la IA como fuente de orientación que sustituye a la persona de confianza, y como espacio impredecible que puede exponer a contenido nocivo. Incluye conciencia de riesgos y discernimiento crítico.	«Uno nunca sabe qué puede encontrar o qué pueden hacer» (E2, 054).

4.2 Tema 1. «¿Qué hago? Utilizo el celular»: disparadores del uso entre el malestar y el tiempo vacío

El disparador más recurrente del uso es el tiempo vacío o no estructurado. El recurso al celular aparece como una respuesta casi automática ante la ausencia de actividad, tal como lo expresa E1 al describir su funcionamiento cotidiano:

«Cuando estoy desocupado, cuando no tengo algún oficio o algo así (.) ¿Qué hago? Utilizo el celular» (E1, 010).

Dejando de lado el hecho de la falta de actividades propias de los relatos, estos dejan ver que el tiempo de ocio es vivido por los sujetos como un tiempo que debe ser completado inmediatamente. En este sentido, el teléfono, que hasta el momento había

sido retratado como el medio de comunicación por excelencia, se configura como el recurso más asequible frente a los tiempos de inacción. La velocidad en la cual los/as adolescentes se dirigen al teléfono a la hora de experimentar tiempos vacíos de actividad implica que el uso de este recurso se ha incorporado a sus rutinas cotidianas hasta el extremo de aparecer como una irresolución casi automática, como una respuesta que no debe soportar el peso de la elaboración de una decisión consciente y planificada.

Este patrón se repite en otros participantes, para quienes el aburrimiento es la antesala del uso («si uno no está haciendo nada, pues obviamente uno se va a poner a mirar el celular», E3, 008; «por aburrimiento, para entretenerme», E4, 006). Junto a este disparador no emocional aparecen detonantes afectivos y relacionales: la rabia, la tristeza y los estados de ánimo bajo («muchas veces rabia, muchas veces tristeza, también hay veces que uno está depresivo», E1, 016) y la ansiedad, que para E2 y E4 activa de inmediato el dispositivo. En algunos relatos el celular está tan naturalizado que se describe como parte del «hábitat de los jóvenes» (E2, 008) y como algo presente «desde pequeño» (E2, 030), lo que vuelve invisible su carácter evitativo.

La naturalización del uso resulta ser una cuestión importante en este asunto, puesto que los adolescentes no perciben inicialmente esta conducta como una estrategia de evitación, sino que describen el uso continuo del celular como una costumbre habitual, propia de su generación y de las actuales dinámicas de interacción social. Esta interpretación potencia que dicha utilización de recursos pase inadvertida incluso para quienes se percatan de que lo usan en momentos de tristeza, ansiedad o conflictos personales, dificultando así la propia identificación de los límites entre un uso funcional y uno de orientación en evitar el malestar emocional.

Otro aspecto que relatan los participantes hace referencia a los diferentes disparadores que impulsan el uso del teléfono móvil. Algunos participantes recurren al teléfono móvil para evitar situaciones que experimentan como desagradables, mientras que otros lo utilizan ante situaciones que perciben como aparentemente neutras. Situaciones que experimentan como aburridas, o cuando no tienen nada que hacer. Se muestra así que el uso evitativo no solo está asociado a situaciones emocionales más intensas, sino que puede perpetuarse como una conducta habitual ante cualquier situación de espera, inacción o ausencia de estimulación por parte de los entornos.

La intensidad del uso es alta y, en varios casos, muy elevada: entre seis y siete horas (E5), y hasta diez a catorce horas diarias (E4, 022; E7, 002). Cuando no hay un límite interno ,«no tengo límite» (E2, 004),, la regulación puede provenir del exterior, como ocurre con el control parental que describe E6: «tengo family link... se me bloquea como a las 7 y media» (E6, 064), y reconoce que «sin el bloqueo» el uso aumenta. Finalmente, la necesidad académica funciona como un disparador legítimo y no emocional («yo necesito mucho el celular para enviar cosas», E3, 002; búsqueda de explicaciones escolares, E7, 008), que coexiste con los demás. En conjunto, este tema responde al primer objetivo específico, al identificar las situaciones ,aburrimiento, conflicto, emociones negativas, demandas académicas, en las que se activa el uso evitativo.

La gran cantidad de horas reportadas por los diferentes participantes indica que el celular está a su disposición durante muchas horas de la jornada, y forma parte de múltiples actividades del día a día. Ciertamente, esa disponibilidad del celular permite su utilización inmediata al primer asomo de cualquier situación aversiva, de tal forma que disminuye la necesidad de buscar alternativas para contrarrestar el malestar, el tedio o el aburrimiento.

Así pues, el tener acceso ilimitado al celular propicia que se consolide uno de estos patrones de respuesta que consisten precisamente en la elección del celular como la primera opción de respuesta ante determinadas experiencias.

Desde el Modelo de Adaptación de Callista Roy (2014), los hallazgos del presente estudio pueden leerse como expresión de un adolescente que funciona como sistema adaptativo holístico, es decir, como un ser abierto que recibe estímulos de su entorno interno y externo y responde a ellos para preservar su integridad. En este marco, el uso evitativo del celular no constituye una conducta aislada ni meramente disfuncional, sino una respuesta adaptativa que el adolescente moviliza ante la demanda emocional que ciertas situaciones le imponen. El concepto central construido en el análisis ,«*el alivio inmediato que no resuelve*», coincide con lo que Roy describe como una respuesta adaptativa parcialmente eficaz: el recurso atenúa la tensión en lo inmediato y sostiene un equilibrio momentáneo, pero no transforma el estímulo que originó el malestar, de modo que la adaptación lograda resulta frágil y transitoria.

4.3 Tema 2. «Engañar la mente para no pensar»: el celular como regulador emocional de alivio momentáneo

Este tema constituye el núcleo analítico del estudio. La función central que los participantes atribuyen al celular es evitar el contacto con el malestar. E1 lo nombra como «un distractor para evitar esas emociones» (014) y reconoce la intencionalidad de la conducta: «sí trato de evitarla, por medio del celular» (046). E2 lo formula con especial nitidez al describir el objetivo de la acción:

«Algo que hacemos solo como por distraer la mente, engañar la mente para no pensar tantas cosas» (E2, 040).

La frase «engañar a la mente» reúne uno de los resultados más interesantes de la propia investigación, porque demuestra que los adolescentes son los primeros en reconocer la

intencionalidad de la conducta en cuestión. El uso de un dispositivo móvil no queda limitado a una actividad de esparcimiento sino que, por el contrario, se convierte en un recurso voluntario para desplazar temporalmente pensamientos, preocupaciones o emociones antes difíciles de afrontar, el dispositivo permite así dar a la mente un descanso al orientar la atención hacia una serie de estímulos del presente y reducir temporalmente el malestar, pero sin valorar la propia situación que lo genera.

En el modo adaptativo del autoconcepto ,vinculado a la integridad psíquica y a la percepción que el adolescente tiene de sí mismo, los hallazgos muestran tensiones significativas. Recurrir al celular para «engañar la mente» y no pensar revela un intento de proteger el equilibrio emocional evitando el contacto con contenidos internos percibidos como amenazantes; sin embargo, esta evitación sostenida puede debilitar la sensación de competencia y de control sobre las propias emociones, dimensiones constitutivas del autoconcepto. El tema sobre las consecuencias ambiguas (T4: *«Uno nunca sabe qué puede encontrar»*) añade complejidad a este modo, pues el adolescente reconoce que el dispositivo tanto puede ofrecer contenidos de orientación y reafirmación como exponerlo a información que altera su autopercepción. Así, la adaptación en el autoconcepto se presenta como inestable: oscila entre el alivio que protege la imagen de sí y la incertidumbre que la vulnera.

E8 articula con claridad metacognitiva el mecanismo, vinculándolo a la evitación del llanto y, por tanto, del sentir:

«Uno evita llorar intentando hacer otras cosas como ver videos, escribir, jugar, llamar; siento que sirve como una herramienta... que nos ayuda a evitar lo que sentimos en ese momento» (E8, 032).

Los relatos muestran que la evitación emocional no implica necesariamente desconocer las emociones experimentadas, por el contrario, los participantes identifican con claridad sentimientos como la tristeza, la ansiedad, la rabia o el deseo de llorar; sin embargo, en lugar de afrontarlos directamente, optan por realizar actividades mediadas por el celular que les permitan disminuir su impacto inmediato, esta forma de regulación refleja una búsqueda de alivio rápido frente al malestar, privilegiando la distracción sobre la elaboración emocional.

El alivio que se obtiene es, sin embargo, explícitamente parcial y transitorio, E1 subraya al relatar el efecto tras un conflicto familiar: el celular «me despejó un poco» (020), donde el «un poco» señala que el efecto es momentáneo y no resolutivo. Más aún, ese mismo recurso muestra un doble filo: puede aliviar e intensificar a la vez («a veces me relaja... a veces me estresa más», E1, 038), y el contenido encontrado «puede intensificar tus emociones» (E4, 040). El uso genera, además, nuevas respuestas emocionales negativas, como la irritabilidad (E1, 032; E7, 038). E6 ofrece una lectura aún más específica de este efecto contraproducente, al describir cómo la sobreexposición termina por embotar la respuesta afectiva: la persona «se vuelve como una máquina, deja de sentir emociones» (084).

De forma general, estas experiencias hacen evidente que la función de alivio que provoca el teléfono móvil se interpreta como una respuesta que es rápida pero de corta duración y que no soluciona las situaciones que les provocan malestar. Los adolescentes dan cuenta de una disminución momentánea de la intensidad de las emociones cuando están utilizando el teléfono, pero al terminar la actividad, los conflictos, las preocupaciones o las emociones negativas se conservan. Esto puede ayudar a comprender por qué algunos adolescentes manifiestan que tienden a buscar el teléfono móvil en situaciones

similares: tienden a establecer un patrón de uso que se basa en la búsqueda de una respuesta de alivio rápida, constante y fácil.

Al mismo tiempo, estos discursos reflejan el carácter ambivalente de esta estrategia, el teléfono móvil puede provocar, al mismo tiempo, tranquilidad, lo que permite el entretenimiento o la distracción, pero también puede agravar ciertas emociones en función del tipo de contenido que se consume o del tiempo de exposición. Este carácter dual es el que provoca que el teléfono no tenga un efecto lineal sobre el bienestar o el estado emocional, sino que su efecto en el estado emocional depende de la interacción entre el estado emocional del propio adolescente y experiencia digital a la que se expone. El tema se enriquece con recursos reguladores alternativos que matizan la idea de una evitación homogénea. E7 sitúa a la música ,mediada por el celular, como su principal vía de desahogo («cuando estoy estresada, ansiosa o un poco triste... empiezo a colocar música a desahogarme», 014), recurso al que recurrió incluso ante un acontecimiento vital doloroso. E5 menciona el juego como vía de desestrés (040) y E7 el uso de aplicaciones de calma y bienestar emocional (064).

La variedad de recursos empleados pone el hecho de que el teléfono móvil no se presenta como un mecanismo ideal único para la regulación emocional, sino como una plataforma que brinda distintas posibilidades de afrontar los malestares, unos chicos logran suavizar el malestar mediante la música mientras que otros utilizan los videojuegos, las aplicaciones que fomentan el bienestar o la escritura. Estas diferencias evidencian que el dispositivo se presenta como un medio que permite acceder a diferentes formas de lidiar con el malestar, manteniendo un rasgo común: se asocian con la búsqueda inmediata de alivio ante emociones desagradables.

Dos casos de contraste resultan analíticamente valiosos. E3 no utiliza el celular para regular sus emociones: «cuando siento rabia... yo no voy al celular, yo me quedo sentado pensando» (014), afirma que «nunca me ha servido... para alegrarme» (038) y delimita su lugar como «una forma de entretenerme un tiempo, nada más» (052). A pesar de la repetición de este patrón, los relatos también nos muestran que el uso de la regulación emocional por parte del celular no es una experiencia universal y deriva de pautas de crianza y actividades extracurriculares. La existencia de diferentes trayectorias nos permite comprender que el uso evitativo depende de cómo cada adolescente pueda gestionar sus emociones y de que recursos personales haya podido construir para gestionar sus emociones.

E8, por su parte, hace un uso adaptativo y no evitativo del dispositivo al llevar un diario donde elabora lo que siente, reconociendo que evitar la emoción la agravaría: «lo escribo... si lo evito, me va a doler más adelante» (024). Estos casos impiden leer la conducta como mera evasión y muestran la variabilidad del fenómeno. Los contrastes de caso aumentan el conocimiento del fenómeno al exhibir que el celular no decide, por sí mismo, la manera en que los adolescentes regulan sus emociones (mientras que, algunos de los participantes gozan de un constante uso del celular como principal estrategia para evitar el malestar, otros recurren a procesos de reflexión, de escritura o de afrontamientos directos de situaciones que les generan molestias).

Los temas referidos a las situaciones que activan el uso evitativo (*T1: «¿Qué hago? Utilizo el celular»*) y a la evasión emocional (*T2: «Engañar la mente para no pensar»*) permiten identificar los estímulos que, en términos de Roy, desencadenan la conducta. Eventos como conflictos, aburrimiento, sobrecarga académica o emociones difíciles operan como estímulos focales que confrontan de manera inmediata al adolescente,

mientras que el entorno familiar, escolar y digital configura el conjunto de estímulos contextuales. Ante ellos, el celular se activa como mecanismo del subsistema, esto es, como vía de procesamiento cognitivo-emocional empleada para regular la percepción del estímulo y reducir su impacto. El carácter inmediato y de bajo costo del dispositivo explica por qué se convierte en el mecanismo de afrontamiento privilegiado, aun cuando su efecto regulador sea superficial.

Por tanto, los resultados permiten comprender que el uso del celular como conducta evitativa se constituye como una posibilidad de un repertorio más extenso de estrategias de regulación emocional dependientes de las experiencias, recursos personales y formas de afrontamiento de las dificultades que desarrolla cada adolescente como factores protectores o de riesgo que llevarán a ver el fenómeno de acuerdo a lo vinculado en sus estrategias.

4.4 Tema 3. «Hablar y sincerarse por chat»: relacionarse desde la pantalla, entre el refugio y la distancia

El uso evitativo se extiende al plano del vínculo. Varios participantes recurren al celular para sustraerse de la interacción presencial: «para evitar hablar con alguien» (E1, 036), «prefiere estar en el celular» (E2, 036). El motor de esta preferencia es, con frecuencia, el miedo al juicio y a la incomprensión: «no sé si... me vaya a juzgar o no me vaya a escuchar» (E2, 042); en redes «no hay razón para que te juzguen... con un desconocido» (E4, 046). E4 describe con precisión la pantalla como una distancia protectora dotada de una salida que la presencia no ofrece:

«A través de una pantalla, no te está confrontando... puedes apagar el celular de repente y ya no ves los mensajes», frente a la situación cara a cara, que «va a seguir... juzgándote» (E4, 050).

Los relatos muestran que la comunicación a través del celular ofrece a los adolescentes una sensación de mayor control de la interacción social, a diferencia de las comunicaciones presenciales, el chat permite decidir cuándo contestar, cuánto se puede compartir y también se puede interrumpir una conversación que la persona perciba como incómoda. Esta capacidad de controlar la interacción disminuye la sensación de vulnerabilidad frente al juicio de los otros y hace que la pantalla devenga, al menos emocionalmente, un espacio menos hostil.

Desde este punto de vista, la utilización del celular deja de ser sólo una faceta más de la comunicación y gana también un valor de protección ante las situaciones sociales que se entienden como difíciles, el miedo a que sean criticados, a ser rechazados o a no ser comprendidos hace que algunos adolescentes prefieran la comunicación escrita, ya que perciben que pueden organizar sus ideas y expresar aquello que de otro modo en una situación cara a cara, les resulta más difícil de verbalizar. Así, la evitación ya no se define sólo por el contacto físico con otras personas, sino también por las emociones que interpelan la interacción cara a cara.

Para algunos participantes, sin embargo, la mediación no es solo evitación sino también un espacio de expresión y privacidad. E5 lo formula como un entorno seguro para quienes encuentran difícil el contacto directo:

«A las personas introvertidas como yo... prefieren hablar y sincerarse por chat porque nos permite expresarnos más libremente y con más confianza» (E5, 050).

Este hallazgo explica, al mismo tiempo, que, para ciertos participantes, el chat no es sólo una forma de evadir la situación de la que proceden, también es una ocasión para establecer vínculos desde una práctica que consideran algo más segura; cuando utilizan la comunicación escrita la inmediatez de la respuesta se reduce y la reflexión surge como

una opción más gratificante que dar una respuesta con una primera idea o sensación. Es así que en su función, sería un hecho que favorece formas de interacción que algunos adolescentes consideran más promotoras de su forma de ser.

En la misma línea, E7 valora la privacidad que le ofrece el dispositivo para hablar con personas cercanas (026), y E5 destaca que el celular sostiene vínculos a distancia (022).

El uso también puede cumplir una función deliberada de des-escalada del conflicto familiar, como relata E8 al usarlo para no pelear con su madre: «yo me hago acá y uso el celular... sería más grave si fuera a pelear» (040). Los participantes también le otorgan al celular un rol regulador en el interior de las relaciones familiares, ya que en algunos casos se utiliza como una estrategia para disminuir la intensidad de los conflictos, para evitar las legítimas contestaciones de modo impulsivo o las discusiones que pueden tornarse intensas desde el punto de vista emocional. Sin embargo, aunque esta conducta puede favorecer temporalmente la reducción de la confrontación, al mismo tiempo parece mostrar una tendencia a procrastinar el enfrentamiento directo con los desacuerdos, en lugar de priorizar la resolución del conflicto.

Sin embargo, en la evaluación de las experiencias recogidas, se constata que esta forma de relación no es propia de todos los participantes, así, algunos adolescentes señalan que aunque suelen comunicarse mediante el celular, en determinados momentos prefieren poder afrontar los conflictos de manera directa o bien conversar cara a cara, cuando creen que la situación lo requiere. Las diferencias encontradas ponen de manifiesto que la comunicación mediada por pantallas es una estrategia posible, pero no universal, de las formas de afrontar las relaciones interpersonales.

No obstante, los participantes reconocen relaciones como: el uso intensivo «deja de saber cómo actuar» en la conversación presencial (E6, 076) y «aleja un poco de las personas» (E7, 070). Como caso de contraste, E7 rechaza explícitamente el uso evitativo en lo relacional: «yo soy una persona que trato de hablar las cosas, no es de evitarlo» (046). Este tema responde a la dimensión social del segundo objetivo específico.

4.5 Tema 4. «Uno nunca sabe qué puede encontrar»: el celular como consejero impredecible

El cuarto tema captura una función ambivalente: el celular como fuente de orientación que sustituye, parcialmente, a la persona de confianza, y como espacio impredecible que puede exponer a contenidos nocivos. E2 describe cómo recurre a «los consejos que a veces salen ahí» (042). E6 hace explícita esta función a través de la inteligencia artificial y la organiza jerárquicamente: primero la persona de confianza y, en su ausencia, la IA, a la que atribuye incluso mayor saber: «el internet o las ideas ahora saben mucho más... que una persona normal» (054), aunque reconoce con sentido crítico que sus consejos «son muy generales... no aportan mucho» (036). E7 muestra un uso orientado y discernido: aplica consejos hallados en redes sobre la exclusión y la soledad (060), distingue los útiles de los inadecuados (062) y advierte sobre riesgos de seguridad como los adultos que se hacen pasar por adolescentes (078).

Los relatos permiten afirmar que el teléfono ha ampliado su función en el espacio de la vida cotidiana de estos adolescentes al convertirse también en un sitio de consulta. Ante la ausencia de alguien que escuche o ante la dificultad para comunicar lo que siente, lo utilizan como búsqueda de respuestas, ayuda, explicaciones para conocer mejor la situación que están atravesando, lo que demuestra la confianza que algunos de los participantes han puesto en la información que se encuentra en internet y en las herramientas digitales consideradas como alternativa de orientación inmediata.

No obstante, esta confianza es relativa, pues los participantes reconocen que la supuesta utilidad de la información que aparece está condicionada a su capacidad por discriminar entre los contenidos y reconocer los que son o pueden ser provechosos de aquellos que constituyen un riesgo. En este sentido, el teléfono móvil no reemplaza completamente las figuras de apoyo tradicionales, sino que se impone como alternativa de consulta, como búsqueda de ayuda de parte de personas de la familia, amigos o personas de confianza. La cara más crítica de esta ambivalencia aparece en el relato de E2, quien, encontrándose en un momento de alta vulnerabilidad emocional, fue expuesta por el dispositivo a contenido que incitaba a la autolesión. La participante relató haber intentado seguir esa indicación y haber desistido luego a partir de su propia valoración crítica ,«me di cuenta que... voy a dañarme más» (E2, 052),, lo que constituye un recurso protector propio que merece ser preservado en el análisis. A partir de esa experiencia, concluye cuestionando la idea del celular como refugio seguro:

«El uso del celular no sería tan bueno en esos momentos, ya que uno nunca sabe qué puede encontrar o qué pueden hacer» (E2, 054).

Este relato hace ver que la búsqueda de ayuda a través del móvil puede llegar a tener características especialmente finas en momentos de intensa vulnerabilidad emocional, en estos momentos, la velocidad a la que el dispositivo aporta información puede ser, por una parte, una oportunidad para acceder a recursos de ayuda pero, por otra parte, un peligro si los contenidos en cuestión producían respuestas inadecuadas o potencialmente dañinas. La experiencia de la participante indica que el acceso inmediato a la información no es algo garantizado y que esta no es segura ni adecuada para afrontar el malestar emocional.

Al mismo tiempo, el hecho de que la participante decidiera no seguir estas recomendaciones es un dato a tener en cuenta en el análisis, ya que evidencia la presencia de recursos personales de reflexión y juicio crítico que actuaron como factores de protección. La evidencia que deja de entender que los adolescentes no son receptores pasivos de la información encontrada en un entorno digital, sino que dejando a veces procesos de (auto)evaluación de los contenidos e incluso desarrollando respuestas diferentes a las inicialmente propuestas.

Este cuestionamiento contrasta con la metáfora del refugio que la misma participante había empleado antes («me refugié en el celular», E2, 022), tensión interna que resulta central para el tema. Como caso de contraste, E8 rechaza buscar orientación emocional en el celular por considerar previsibles sus respuestas: «no me ha gustado buscar “me siento mal, ¿qué puedo hacer?” porque ya sé los resultados» (054). El tema aporta tanto al primer objetivo específico (situaciones de búsqueda de orientación) como al segundo (consecuencias, incluida la exposición a riesgo).

La existencia de experiencias variadas muestra que la búsqueda de orientación mediante el celular no responde a una práctica unitaria, sino que es realizada de forma diferente en función del contexto en el que se ubican los adolescentes, ya que algunos encuentran en este dispositivo una vía útil para informarse frente a los sucesos que les ocurren, mientras que otros se muestran más críticos, y prefieren no hacer este tipo de consulta porque piensan que las respuestas que obtendrían son demasiado generales o no encajan en su situación particular. Dichas diferencias vienen a mostrar niveles de confianza con las herramientas digitales y formas diferentes de afrontar las dificultades emocionales.

Finalmente, el modo de rol interdependiente ,que comprende las relaciones sociales y el sentido de pertenencia, se ilumina de manera particular desde la dimensión social (T3: «*Hablar y sincerarse por chat*»). El celular se constituye en mediador de los vínculos, facilita la expresión de aquello que resulta difícil de comunicar cara a cara y sostiene la conexión con figuras significativas, lo que en clave de Roy representa una respuesta adaptativa eficaz en tanto preserva la pertenencia y el apoyo. No obstante, esa misma mediación puede tornarse ineficaz cuando sustituye el encuentro directo y consolida el aislamiento, debilitando el desempeño de los roles interpersonales que el adolescente debe asumir en sus contextos. De este modo, el dispositivo cumple un papel ambivalente en la interdependencia: refuerza el vínculo cuando lo facilita, pero compromete la adaptación cuando lo reemplaza.

Los cuatro temas describen, en conjunto, el ciclo que sintetiza el concepto central. En relación con el primer objetivo específico, el Tema 1 identifica las situaciones que activan el uso evitativo el tiempo vacío y el aburrimiento, los estados emocionales negativos, los conflictos relacionales, la incomodidad social y, en menor medida, las demandas académicas. Respecto del segundo objetivo específico, la dimensión emocional queda descrita por el Tema 2, que muestra un alivio momentáneo de doble filo que puede intensificar el malestar o embotar la respuesta afectiva; la dimensión social, por el Tema 3, que evidencia el desplazamiento de lo presencial y el deterioro percibido de las habilidades de interacción, junto con la pantalla como espacio de expresión; y una dimensión de riesgo y orientación, por el Tema 4. Consejero ambiguo atribuyen al celular un papel de acompañamiento y apoyo emocional en momentos de malestar. Sin embargo, también reconocen que, aunque les proporciona alivio inmediato, puede

favorecer la evitación de las emociones, dificultar el afrontamiento de las situaciones problemáticas. Ofrece así contención momentánea, pero también puede perpetuar el malestar al promover respuestas evitativas. La dimensión académica aparece de manera más acotada, como disparador (necesidad escolar, ansiedad ante los exámenes) y como uso instrumental de contenidos educativos.

Atraviesa los cuatro temas el concepto central, «el alivio inmediato que no resuelve»: el celular regula con rapidez y bajo costo, pero su alivio es momentáneo y, en ocasiones, contraproducente. Los casos de contraste E3, que no regula emociones con el dispositivo; E7, que prefiere hablar las cosas y emplea la música; E8, que escribe para elaborar en lugar de evadir; y E5, con un uso autolimitado y atento al otro son fundamentales para sostener una interpretación matizada, en la que el uso evitativo coexiste con usos expresivos, reflexivos y autorregulados. Estos resultados ofrecen una base para la discusión y para las consideraciones éticas que el estudio contempla.

5 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

El siguiente cronograma describe la planeación temporal para la ejecución del estudio “Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como conducta evitativa”. Las actividades se estructuran de acuerdo con las fases metodológicas del proyecto, garantizando el cumplimiento de los principios éticos, la adecuada recolección de la información y el análisis riguroso de los datos.

El tiempo total para la realización del estudio fueron 15 meses, considerando los procesos administrativos, logísticos y analíticos propios de una investigación cualitativa.

Tabla 2.
Cronograma de actividades

Actividad	Meses															Duración
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Evaluación y ajuste metodológico de la propuesta de investigación por las tutoras de investigación.																2 meses
Revisión final del protocolo y ajustes sugeridos por asesor																1 mes
Elaboración final de consentimientos y asentimientos																1 mes
Aval de comité institucional y de ética para ejecución del proyecto.																1 mes
Contacto y reclutamiento de participantes																2 meses
Realización de entrevistas semiestructuradas																2 meses
Acompañamiento psicológico disponible durante entrevistas																Paralelo a entrevistas
Transcripción de entrevistas																2 meses
Análisis temático (codificación, categorización, construcción de temas)																2 meses
Redacción de resultados																2 meses
Redacción de discusión, conclusiones y recomendaciones																1 mes
Revisión final del documento y ajustes según normativa																1 mes
Entrega del informe final																,

Nota. Elaboración propia

El proyecto inicia con la organización metodológica y la elaboración de los formatos éticos (consentimiento y asentimiento). Posteriormente, presentación a comité institucional y de ética para aval de ejecución del proyecto; con avales requeridos se lleva a cabo el reclutamiento de los adolescentes mediante muestreo bola de nieve. Las entrevistas semiestructuradas se desarrollan entre los meses 12 y 14, contando durante todo el proceso con la disponibilidad de un profesional en psicología como apoyo interdisciplinar como medida de apoyo ante posibles situaciones de malestar emocional.

Una vez recolectada la información, se realiza la transcripción y el análisis temático, siguiendo las fases de familiarización, codificación, categorización y construcción de temas. Finalmente, se redactan los capítulos de resultados, discusión y conclusiones, y se concluye con la revisión final del informe.

6. PRESUPUESTO

El presente presupuesto contempla los recursos necesarios para el desarrollo del estudio cualitativo.

Dado el carácter de bajo riesgo y la metodología cualitativa, en el presupuesto se tienen en cuenta tiempo de investigadores, transporte , materiales básicos, soporte psicológico y suministros mínimos necesarios para el trabajo de campo.

Este proyecto no requirió ninguna adquisición de equipamiento especializado ni realiza pagos considerables, dado que se apoya en herramientas cotidianas (como teléfono celular que utiliza el investigador) y bases de datos abiertas o institucionales. Conforme a la naturaleza y la magnitud del estudio. A continuación, se evidencian los valores estimativos, desglosados por rúbricas y categorías.

6.1. Presupuesto global del proyecto

El presupuesto global resume los costos y aportes en especie necesarios para la ejecución del estudio en 15 meses según cronograma de actividades.

Tabla 3.

Presupuesto global del proyecto

Rubros	Breve descripción del gasto	Institución responsable	En especie	Dinero	Total
Personal – Servicios técnicos	Tiempo investigador a	Investigador	\$42.000.000	\$0	\$42.000.000
	Tiempo tutora	Unisanitas	\$15.000.000	\$0	\$15.000.000
	Honorarios psicóloga	Investigador	\$0	\$1.000.000	\$1.000.000
Equipos – Software	Celular investigador	Investigador	\$1.200.000	\$0	\$1.200.000
	Software gratuito de transcripción / Internet celular	Investigador	\$80.000	\$0	\$80.000
Gastos de viaje	Transporte investigador / gasolina	Investigador	\$0	\$200.000	\$200.000
Materiales – Suministros	Impresiones, papelería	Investigador	\$0	\$40.000	\$40.000
Bibliografía	Acceso institucional a bases de datos científicas	Unisanitas	\$5.000.000	\$0	\$5.000.000
Publicaciones	Revista universitaria	Universidad	\$200.000	\$0	\$200.000
TOTAL			\$63.480.000	\$1.240.000	\$64.720.000
			0	0	0

En términos generales, el costo total del estudio se estima en **\$64.720.000 COP**, incluyendo aportes en especie y recursos financieros.

6.1.1 Personal – Servicios técnicos

Este rubro incluye el recurso humano necesario para el desarrollo del proyecto. El investigador principal aporta su tiempo en especie al igual que el tutor investigativo, ya que la participación forma parte del proceso formativo. Adicionalmente, como parte de las medidas éticas previstas para la protección de los adolescentes participantes, se contempla la disponibilidad de un profesional en psicología como apoyo que pueda intervenir en caso de que alguna entrevista genere malestar emocional en seguimiento días previos como apoyo interdisciplinar ya que la primera línea de intervención en caso de necesitar apoyo de intervención en crisis el investigador cuenta con formación de apoyo y atención en crisis. Este apoyo psicológico se establece únicamente como un acompañamiento preventivo y de soporte emocional, lo cual constituye un aspecto fundamental en la investigación con poblaciones vulnerables.

Tabla 4.
Presupuesto para personal

Nombr e	Form ación	Funció n en el proyec to	Institu ción respon sable	Tipo de vincul ación	Me ses	Salari o mens ual	En especi e	Diner o	Total
Investi gador princip al	Estudi ante de Enfer mería	Diseño metodo lógico, entrevis tas y análisis de datos	Unisani tas	En especi e	15	\$2.80 0.000	\$42.00 0.000	\$0	\$42.00 0.000
Psicól ogo de apoyo	Profes ional en Psicol ogía	Interve ncción en crisis	Proyec to	Honor arios	1	\$1.00 0.000	\$0	\$1.00 0.000	\$1.000 .000

Tutora	Docente	Asesoría en diseño método lógico, entrevistas y análisis de datos	Unisanitas	En especie	15	\$1.00 0.000	\$15.00 0.000	\$0	\$15.00 0.000
TOTAL							\$57.00 0.000	\$1.00 0.000	\$58.00 0.000

6.1.2 Equipos – Software

El estudio no requiere compra de equipos sofisticados. Se utilizan herramientas accesibles y disponibles para el investigador, tales como su propio teléfono celular con función de grabadora y software gratuito de transcripción. El aporte en especie refleja el valor estimado de uso de estos recursos, aunque no representan un gasto directo para el proyecto.

Tabla 5.

Presupuesto en equipos

Equipo / Software	Justificación	Institución responsable	En especie	Dinero	Total
Teléfono celular / grabadora	Registro de las entrevistas individuales	Investigador	\$ 1.200.000	\$ 0	\$ 1.200.000
Software básico de transcripción (gratuito)	Facilita la transcripción del audio	Investigador	\$ 80.000	\$ 0	\$ 80.000
TOTAL			\$ 1.280.000	\$ 0	\$ 1.280.000

6.1.3 Gastos de viaje

Este rubro corresponde al transporte necesario para desplazarse dentro de la ciudad de Tunja el cual se realizará en el vehículo del investigador principal. Dado que la recolección de información se limita a zonas urbanas.

Tabla 6.

Gastos de viaje

Lugar	No. viajes	Institución responsable	Justificación	Meses	En especie	Dinero	Total
Tunja (urbano)	8	Investigador	gasolina vehiculo	1	\$ 0	\$ 200.00	\$ 200.00
TOTAL					\$ 0	\$200.00	\$ 200.00

5.1.4 Materiales – Suministros

Los materiales incluidos en este rubro son indispensables para la ejecución del trabajo de campo. Consideran tanto aspectos administrativos (como la entrega de consentimientos informados impresos).

Tabla 7.

Gastos de materiales

Materiales	Justificación	Institución responsable	En especie	Dinero	Total
Impresiones del consentimiento/asentimiento	Material obligatorio para participantes	Investigador	\$ 0	\$ 30.000	\$ 30.000
Papelería general (esferos, carpetas)	Organización del material de campo	Investigador	\$ 0	\$ 10.000	\$ 10.000
TOTAL			\$ 0	\$ 40.000	\$ 40.000

6.1.5 Material bibliográfico

Este rubro comprende el acceso a bases de datos científicas para la construcción del marco conceptual y la discusión de resultados. Dado que la institución educativa ofrece acceso a estas plataformas, el valor se registra como aporte en especie.

Tabla 8.

Gastos de material bibliográfico

Tipo de material	Justificación	Institución responsable	En especie	Dinero	Total
Acceso a bases de datos digitales (EBSCO, Scielo, PubMed)	Soporte para fundamentación teórica	Unisanitas	\$5.000.000	\$ 0	\$ 5.000.000
TOTAL			\$ 5.000.000	\$ 0	\$ 5.000.000

En síntesis, el presupuesto presentado es la garantía de la viabilidad técnica y ética del estudio, puesto que tiene en cuenta sólo los recursos que requieren una ejecución que no comprometa la calidad metodológica de ella. La combinación de aportes en especie y unos mínimos costes directos permiten desarrollar la investigación sin perder de vista el bienestar de las personas que participan con la correcta recolección de la información y el cumplimiento de los principios éticos que orientan la práctica investigadora.

7. DISCUSIÓN

Los hallazgos del presente trabajo permiten entender que el uso del celular entre los adolescentes va más allá de su función como herramienta de comunicación o como recurso de distracción, constituyendo un elemento de afrontamiento ante diferentes vivencias de malestar emocional, de incertidumbre, de aburrimiento o de problemática en las relaciones con sus pares. Según los participantes, se trata de un recurso disponible de inmediato, que les permite la distracción, la búsqueda de apoyo, la regulación emocional y el establecimiento de relaciones sociales, aunque esto no les ayude a afrontar o resolver las situaciones que constituyen el malestar.

Esta percepción fue puesta de manifiesto a partir del concepto del sentido de «El alivio inmediato que no resuelve», siendo también un constructo que engloba la experiencia compartida por los adolescentes e incorpora una mayor significación al entender el uso del celular como una conducta evitativa.

Con respecto a las situaciones donde el uso del celular se hace habitual y favorece, los participantes informaron que el aburrimiento, los momentos de no hacer actividades, la tristeza, la ansiedad, la rabia, los conflictos familiares, así como las exigencias escolares, suponen el desencadenante, para recurrir al teléfono móvil. Estas afirmaciones tienen que ver con lo que nos muestran Olivella-Cirici et al. (2022), quienes exploran que los adolescentes presentan el teléfono móvil como un dispositivo que se integra en sus vidas y que se utiliza principalmente para comunicarse, distraerse y, en definitiva, responder a las exigencias de su propia vida cotidiana, social y escolar.

Los autores comentan que el uso del móvil está en gran medida naturalizado en las rutinas juveniles hasta tal punto que se considera constitutivo de la vida social y académica. Sin embargo, los hallazgos del estudio que aquí se presenta permiten

enriquecer esta aseveración porque evidencian que dicha naturalización también facilita que un dispositivo móvil sea utilizado como respuesta inmediata ante el malestar emocional. Si bien el estudio de los autores desarrollados en Barcelona identificó el aburrimiento o el hecho de buscar entretenimiento como factores relevantes a la hora de emplear dispositivos digitales, en el estudio en el que se basa lo que aquí se expone aparecen muy asociadas a procesos de evitación emocional, en los que el dispositivo móvil se torna una alternativa rápida de desviar la atención desde pensamientos o emociones no deseadas.

Dicha diferencia es de gran relevancia porque hace ver como la cotidianidad del uso del dispositivo móvil no puede ser considerada simplemente como un hecho lúdico propio de la adolescencia, el relato de las personas participantes muestra cómo el dispositivo toma la forma de una respuesta funcional dentro de la red de estrategias de afrontamiento, constituyendo la primera de ellas cuando se enfrentan a situaciones que les provocan incomodidad, les preocupan o les suscitan incertidumbre, de manera que el aburrimiento deja de ser únicamente la ausencia de actividad para convertirse en un estado subjetivo que favorece la búsqueda de estimulación inmediata a través del uso del celular.

Este resultado también concuerda con el resultado obtenido en la revisión de Firth et al. (2024), donde se argumenta que el impacto del uso de internet no está solamente determinado por el tiempo de conexión, sino por características individuales de los usuarios, el contexto en el que se produce la interacción y el sentido del uso que se hace de las tecnologías, los autores indican que los efectos psicológicos del entorno digital son polifacéticos y dependen de factores tales como la edad, la vulnerabilidad emocional, las

características de las relaciones familiares, la experiencia previa del individuo y el aislamiento social, características que además afloraron en los discursos de los adolescentes entrevistados.

Desde esta perspectiva, este estudio ha añadido evidencias que dan forma a la necesidad de entender el uso del celular como un fenómeno contextualizado y no puramente contable: los participantes no le confieren importancia al número de horas que utilizan, en tanto que un posible eje del problema, sino que le otorgan valor a la función que en su cotidianeidad este dispositivo social cumple. Este planteo es coincidente con las primeras posiciones propugnadas por Firth et al. (2024), quienes critican los enfoques que explican los efectos del internet únicamente a partir de su tiempo de exposición, dejándonos ver y proponiendo analizar las experiencias particulares a las que Nubia y César llevan a cabo con el uso del celular; desde las perspectivas adolescentes el celular se convierte en la estrategia principal para evitar emociones como la tristeza, la ansiedad, el enojo o la soledad, entonces adquiere un significado evitativo que no puede explicarse solo mediante el tiempo de exposición.

Otro aspecto importante por resaltar es la naturalización del uso del celular observada en los relatos de los mismos participantes, ya que algunos adolescentes llegaron incluso a describir el dispositivo como parte de su vida desde edades tempranas, en un punto tal que no lo cuestionan si está en uso permanente. Esta visión se corresponde con la de Olivella-Cirici et al. (2022), que argumentan que los dispositivos digitales han quedado totalmente ubicados en los estilos de vida adolescentes en la actualidad y que son parte de los procesos de comunicación, aprendizaje, ocio que han asumido como habituales.

No obstante, las conclusiones de este estudio ponen de manifiesto que, en efecto, la naturalización cotidiana podría dificultar el hecho de que esta evitación pueda ser reconocido, dado que el uso del teléfono móvil es percibido como un comportamiento que es automático y que, en pocas ocasiones, nos sirve de objeto de reflexión consciente. La situación de naturalización favorece que el adolescente utilice dicha herramienta de forma habitual ante todo tipo de situaciones que no le agraden, pudiendo acabar estableciendo un estilo de afrontamiento evitativo de la situación ya que su superación no le interesa en este momento.

Y el resultado primordial de esta investigación es que los adolescentes identifican intencionadamente al teléfono móvil como una estrategia evitativa que ayuda a "engañar la mente", además, evitan el contacto con emociones desagradables, esta expresión resume evidentemente la función reguladora que el dispositivo logra tener en el contexto de su experiencia cotidiana, pero es, a la vez, parte de uno de los datos más importantes que nos ofrece el estudio.

En este último aspecto, los resultados coinciden con parte de la revisión que elabora Figueroa (2025), para quien las aplicaciones móviles pueden ser herramientas que faciliten la regulación emocional -por ejemplo, mediante la relajación, el mindfulness, el registro del estado emocional, o mediante otra intervención digital orientada al bienestar psicológico-, pero la evidencia que aporta la investigación en la que nos encontramos permite formular una importante distinción.

De esta manera, el alivio que describen los adolescentes participantes es de una naturaleza fugaz e instantáneo. Ellos describen con claridad que mientras están utilizando el celular disminuye la tristeza, la ansiedad o las preocupaciones, pero también

expresan que las situaciones conflictivas permanecen. Este resultado nos permite comprender que el celular actúa también como una estrategia para regular las emociones, pero centrada en la distracción y no en la regulación. Al igual que hace Figueroa (2025), sostiene que las tecnologías digitales pueden ayudar a la regulación emocional, en tanto se utilicen en el contexto de alguna intervención estructurada con objetivos terapéuticos claros, pero pueden cristalizarse en un alivio que no aborda las condiciones que provocan el sufrimiento emocional.

Los resultados también mostraron que la función reguladora del móvil también sobrepasa el espacio individual y hace un paso a las relaciones interpersonales, los resultados obtenidos son coherentes con lo que plantean Firth et al. (2024) la red ha pasado de ser un recurso tecnológico a la construcción del lugar donde las personas llevan a cabo de forma activa una parte importante de su vida social; donde se registran diferentes relaciones, donde se emprenden en búsqueda de apoyo emocional y donde se configura la identidad. Los autores proponen que las experiencias digitales producen efectos diferentes en función de la manera en que cada uno de los usuarios se conectan, esto hace que el entorno virtual puede ser a la vez un espacio de protección y de generación de nuevas vulnerabilidades.

Así mismo, los adolescentes que formaron parte de la investigación consideraron la comunicación digital como un recurso que permite limitar la posibilidad de conflicto y reducir la ansiedad en la interacción cara a cara. La pantalla hace las veces de elemento que establece las distancias pertinentes, y por tanto moderar el grado de intensidad en la implicación emocional en una conversación, garantizándoles un espacio seguro frente a la posibilidad de ser valorados o no comprendidos. Esta consideración es sólo parcialmente compatible con la que también establecen Olivella-Cirici et al. (2022),

quienes encuentran que los adolescentes señalan que las redes sociales juegan un papel central en la creación de relaciones (inter)personales y social. Consideran que contribuyen a la aceptación de los sujetos en los grupos de sus pares.

De la misma manera, resulta especialmente significativa que algunos adolescentes fueran igualmente capaces de identificar riesgos vinculados a la búsqueda de ayuda desde el celular. En el testimonio de una participante, que en un contexto de vulnerabilidad afectiva se topó con información sobre autolesiones, constatamos que el acceso constante a información no conlleva necesariamente que aquella sea segura o de calidad; evidenció que este acceso "directo" también puede conllevar riesgos, conducta que también es recogida por Olivella-Cirici et al. (2022), quienes encuentran que, a su vez, los mismos adolescentes se dan cuenta de también existir contenido que puede ser dañino para la salud mental, para la autoestima o para el bienestar emocional.

Esta interpretación tiene un respaldo en el planteamiento de Roy (2014), dado que la construcción del conocimiento disciplinar en enfermería deberá emerger de la fusión entre la evidencia empírica, la teoría y la práctica clínica, que guíen hacia intervenciones que van a ser contextualizadas y útiles para el cuidado. Esa autora expresa que explicar fenómenos complejos que se presentan todos los días; ayudan conectando hallazgos procedentes de investigaciones cualitativas y cuantitativas centrados en los principios conceptuales del Modelo de Adaptación.

En esta línea, los resultados del presente estudio entregan las evidencias que nos permitirán entender de qué manera los adolescentes le dan uso al celular como respuesta adaptativa ante estímulos emocionales y sociales, donde el significado que le otorgan al teléfono móvil resulta ser de mayor peso y capacidad de determinación que el tiempo de

uso por sí mismo. De tal manera que el concepto que ha surgido durante esta investigación supone un aporte interpretativo que puede contribuir a futuras investigaciones que vayan en el camino de la comprensión de las formas contemporáneas de afrontamiento en la adolescencia y su relación con las tecnologías digitales (Roy, 2014).

8. CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES, FORTALEZAS Y LIMITACIONES

8.1 Conclusiones

La presente investigación permitió la descripción de la percepción de los adolescentes, la que en relación al uso del celular se define como una conducta evitativa, haciendo evidente que el celular no solo sirve a la comunicación o al entretenimiento, sino que también opera frecuentemente como una herramienta con la que afrontar las situaciones de malestar, aburrimiento, conflictos interpersonales y momentos de incertidumbre. Se subraya que los adolescentes asocian el celular al alivio inmediato de emociones con carga negativa aunque también llevan a cabo la reflexión de que este alivio es a menudo momentáneo y no permite afrontar las situaciones que conducen al malestar.

En relación con el primer objetivo específico se da cuenta de que las situaciones que favorecen el uso del celular en tanto estrategia de evasión son entre otras las siguientes: el aburrimiento, la carencia de actividades estructuradas, la tristeza, la ansiedad, la rabia, conflictos familiares, las dificultades en las relaciones sociales y en menor grado, las exigencias académicas, estos elementos funcionan a modo de gatillo para hacer que los adolescentes utilicen el dispositivo como una respuesta primitiva; es decir, se basan en el mismo para intentar distraerse o bien disminuir el golpe emocional de esas vivencias.

En lo que respecta al segundo objetivo específico, se obtuvo que para los adolescentes existen consecuencias que son tanto buenas como malas respecto al uso del celular como conducta evitativa; en el plano emocional, saben que el dispositivo les otorga una fuente de tranquilidad y distracción efímera que, a su vez, también saben que,

en la medida en que lleguen a usar el dispositivo en vez de otras estrategias de afrontamiento, el malestar se acabará perpetuando en el mismo modo que lo haría cualquier otra conducta evitativa. En la dimensión social, los participantes afirmaron que el teléfono móvil facilita la comunicación y la expresión de emociones a través de los medios digitales, pero también ocasiona el alejamiento de las relaciones cara a cara y la dificultad para enfrentarse a los conflictos cara a cara.

En el ámbito académico, los participantes indicaron que si bien el teléfono móvil es una herramienta adecuada para acceder a la información y desarrollar actividades escolares, algunos adolescentes reconocieron que el uso del teléfono móvil favorece la distracción, la posposición de las obligaciones e interfiere con el cumplimiento de las responsabilidades.

Uno de los principales aportes de esta investigación fue la formulación del concepto integrador de «El alivio inmediato que no resuelve» que condensa la manera de percibir el uso del teléfono móvil como una estrategia de regulación emocional caracterizada por provocar un alivio inmediato pero sin cambiar las causas del malestar. Este concepto permite una mayor comprensión del fenómeno y pone de manifiesto que el significado que se le atribuye al teléfono móvil es más importante que el tiempo de uso para poder entender la conducta de evitación.

A la luz del Modelo de Adaptación de Callista Roy, los resultados permiten interpretar el uso del teléfono móvil como una respuesta adaptativa a los estímulos emocionales y sociales propios de la adolescencia. Ahora bien, si esa respuesta se convierte en la principal vía para afrontar las dificultades cotidianas, las estrategias de adaptación más eficientes pueden ser menos deseables e impactar así en los procesos de regulación emocional, de interacción social y del desarrollo de los roles de esta etapa

del ciclo vital. En este sentido, el estudio proporciona evidencias que consolidan el lugar de la enfermería para facilitar un diagnóstico precoz de estas conductas y el diseño de un plan que promueva formas de afrontamiento saludables que ayuden a mejorar el bienestar en los adolescentes.

8.2 Recomendaciones

En el ámbito educativo se sugiere reforzar programas de alfabetización digital y educación socioemocional en el sentido de que favorezcan el desarrollo del pensamiento crítico frente a los contenidos encontrados en la red y también en redes sociales, favoreciendo un uso responsable de las nuevas tecnologías de la información y una identificación de recursos alternativos para la regulación emocional.

Se propone que las instituciones educativas y los servicios de salud desarrollen estrategias conjuntas dirigidas a los padres, los docentes y los jóvenes, con el objetivo de fomentar la comunicación familiar, crear espacios para compartir opiniones sobre el uso del móvil y entrenar habilidades para el manejo de emociones, la resolución de conflictos y la creación de relaciones interpersonales saludables.

En lo que respecta a la investigación , se sugiere la realización de estudios con una mayor variabilidad sociocultural que amplíen la comprensión de las diferencias en función del género, la edad, el contexto familiar y las características de las condiciones sociales en relación con el uso evitativo del móvil, así como el emergente papel de la inteligencia artificial como fuente de apoyo emocional y de orientación durante la adolescencia y la evaluación de intervenciones centradas en el fortalecimiento de la adaptación al uso de las tecnologías digitales.

En respecto a las políticas públicas, se proponen programas de prevención y promoción de la salud mental que se alejen del enfoque centrado en la reducción de las pantallas y consideren las variables emocionales, familiares y sociales que determinan el uso del móvil durante la adolescencia.

8.3 Fortalezas

Una de las principales fortalezas del estudio reside en la aplicación de un enfoque cualitativo descriptivo, ya que permitió observar el fenómeno desde el marco de

referencia accesible a los mismos adolescentes, volviendo a captar los significados que atribuyen al uso del celular dentro de su cotidianidad, este enfoque favoreció llevar a cabo una comprensión del fenómeno, que no solo contemplaba la cuantificación del tiempo de uso sino que recogía el sentido elaborado en el transcurso de la entrevista.

Por otra parte, otro punto fuerte hizo referencia a la aplicación del análisis temático reflexivo, ya que permitió identificar los patrones compartidos, los casos de contraste y construir el concepto que integró los diferentes hallazgos alcanzados en el proyecto de investigación e incorporó una propuesta de interpretación coherente del fenómeno estudiado. La vinculación de los resultados al Modelo de Adaptación de Callista Roy también robustecieron la interpretación disciplinaria de los resultados y nos permitió obtener aportes aplicables a la práctica de la enfermería, más aún en el ámbito de la promoción de la salud mental durante la adolescencia.

8.4 Limitaciones

Una primera limitación se relacionó con el proceso de recolección de la información. Durante el desarrollo de las primeras entrevistas fue necesario realizar ajustes en la conducción de estas, debido a que algunas preguntas no eran comprendidas con la profundidad esperada por los participantes. En este sentido, se adaptó el lenguaje al utilizado por los adolescentes, se reformularon algunas preguntas de diferentes maneras y se incorporaron ejemplos y preguntas más explícitas que facilitaron la comprensión del fenómeno estudiado y sus posibles riesgos. Asimismo, se evidenció que iniciar la entrevista con una pregunta abierta sobre la percepción del uso del celular favorecía un ambiente de mayor confianza y permitía obtener relatos más amplios y espontáneos.

Una segunda limitación se asocia con la utilización de entrevistas individuales como técnica de recolección de información. Aunque esta estrategia permitió profundizar en las experiencias de los participantes, dependió de la disposición de cada adolescente para expresar sus vivencias, pensamientos y emociones a pesar de realizar un rapport de 20 minutos aproximados en ocasiones las respuestas tendían a ser concretas . En consecuencia, es posible que algunos participantes no aludieran a determinadas situaciones personales por considerarlas difíciles de compartir, lo que pudo limitar la riqueza de algunos relatos.

Una tercera limitación corresponde al alcance contextual del estudio. Los resultados reflejan las experiencias de adolescentes pertenecientes a un contexto social, familiar y educativo específico; por ello, los hallazgos deben interpretarse dentro del contexto en el que se desarrolló el estudio, ya que las percepciones podrían diferir en otros entornos culturales, educativos o familiares.

Finalmente, el acelerado avance de las tecnologías digitales y la constante aparición de nuevas aplicaciones y herramientas basadas en inteligencia artificial hacen que las dinámicas relacionadas con el uso del celular se encuentren en permanente transformación. En consecuencia, los resultados deben interpretarse considerando el contexto temporal en el que se desarrolló la investigación, ya que las experiencias y significados asociados al uso del celular pueden modificarse con el paso del tiempo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arrivillaga, C., Elhai, J. D., Rey, L., & Extremera, N. (2023). Depressive symptomatology is associated with problematic smartphone use severity in adolescents: The mediating role of cognitive emotion regulation strategies. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 17(3), Article 2.
<https://cyberpsychology.eu/article/view/31019>
- Braun, V. y Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
<https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V. y Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 11(4), 589-597.
<https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806>
- Braun, V. y Clarke, V. (2021a). One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis? *Qualitative Research in Psychology*, 18(3), 328-352. <https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1769238>
- Braun, V. y Clarke, V. (2021b). To saturate or not to saturate? Questioning data saturation as a useful concept for thematic analysis and sample-size rationales. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 13(2), 201-216.
<https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1704846>
- Braun, V. y Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: A practical guide*. Sage.
- Carbonell, X., Chamarro, A., Oberst, U., Rodrigo, B., & Prades, M. (2018). Problematic use of the Internet and smartphones in university students: 2006-2017.

International Journal of Environmental Research and Public Health, 15(3), 475.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29518050/>

Congreso de la República de Colombia. (2012, 17 de octubre). Ley 1581 de 2012. Por la cual se dictan disposiciones generales para la protección de datos personales. Diario Oficial No. 48.587.

Consejo Internacional de Enfermeras. (2021). Código de Ética del CIE para las Enfermeras (versión en español). https://www.icn.ch/sites/default/files/2023-06/ICN_Code-of-Ethics_SP_WEB.pdf

Cusme, M; Pinto, V. (2020). Videojuego en adolescentes: una forma de alienación a los problemas familiares. <http://revistas.ulvr.edu.ec/index.php/yachana/article/view/680>

Díaz de Flores, L., Durán de Villalobos, M. M., Gallego de Pardo, P., Gómez Daza, B., Gómez de Obando, E., González de Acuña, Y., ... & Venegas Bustos, B. C. (2002). Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. Aquichan, 2(1), 19-23. Retrieved September 01, 2025, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972002000100004&lng=en&tlng=es.

Domoff, S. E., Borgen, A. L., Foley, R. P., & Maffett, A. (2019). Excessive use of mobile devices and children's physical health. Human Behavior and Emerging Technologies, 1(2), 169–175. <https://sarahdomoff.com/wp-content/uploads/2019/11/Domoff-Borgen-Foley-Maffett-2019.pdf>

Doyle, L., McCabe, C., Keogh, B., Brady, A. y McCann, M. (2020). An overview of the qualitative descriptive design within nursing research. Journal of Research in Nursing, 25(5), 443-455. <https://doi.org/10.1177/1744987119880234>

- Elhai, J. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2019). Problematic smartphone uses and mental health problems: Current state of research and future directions. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 32(1), 1–3.
<https://dusunenadamdergisi.org/storage/upload/pdfs/1585147663-en.pdf>
- Feliz García, A. M. (2024). Percepción del uso del teléfono móvil en la adolescencia: investigación exploratoria (Trabajo de Grado, Grado en Educación Social, Universidad de Valladolid). <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/70390>
- Ferro, M., Molina Rodríguez, L., & Rodríguez, W. A. (2009). La bioética y sus principios. *Acta odontológica venezolana*, 47(2), 481-487.
- Figuerola S., C. (2025). *Uso de aplicaciones móviles en la regulación emocional*. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 63(2). <https://doi.org/10.4067/S0717-92272025000200207>
- Firth, J., Torous, J., López-Gil, J. F., Linardon, J., Milton, A., Lambert, J., Smith, L., Jarić, I., Fabian, H., Vancampfort, D., Onyeaka, H., Schuch, F. B., & Firth, J. A. (2024). From “online brains” to “online lives”: Understanding the individualized impacts of Internet use across psychological, cognitive and social dimensions. *World Psychiatry*, 23(2), 176–190. <https://doi.org/10.1002/wps.21188>
- Gil-Quintana & Fernández-Galiano, (2020). Percepción de los estudiantes universitarios ante una actividad audiovisual con dispositivos móviles: un estudio de caso.
<https://www.redalyc.org/journal/5771/577164137001/movil/>
- Guba, E. G. y Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. Sage.

- Guzmán Brand, V. A., & Gelvez-García, L. E. (2023). La nomofobia en los adolescentes y el impacto en su salud mental: una revisión sistemática. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 15(3), 12–23.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152–1168.
- Hidalgo Vicario, M. I., & González-Fierro, M. J. C. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Anales de Pediatría Continuada*, 12(1), 42–46. [https://doi.org/10.1016/s1696-2818\(14\)70167-2](https://doi.org/10.1016/s1696-2818(14)70167-2)
- Lin, W., Liang, H., Jiang, H., Nasir, M. A. M., & Zhou, H. (2023). Why is smartphone addiction more common in adolescents with harsh parenting? Depression and experiential avoidance have multiple mediating roles. *Psychological Research and Behavior Management*, 16, 4817–4828. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10693199/>
- Lincoln, Y. S. y Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage.
- Malterud, K., Siersma, V. D. y Guassora, A. D. (2016). Sample size in qualitative interview studies: Guided by information power. *Qualitative Health Research*, 26(13), 1753-1760. <https://doi.org/10.1177/1049732315617444>
- Mayerhofer, D., Haider, K., Amon, M., Gächter, A., O'Rourke, T., Dale, R., Humer, E., Probst, T., & Pieh, C. (2024). The association between problematic smartphone use and mental health in Austrian adolescents and young adults. *Healthcare (Basel)*, 12(6), 600. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38540564/>

Ministerio de Salud (Colombia). (1993, 4 de octubre). *Resolución 8430 de 1993: Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud* (Resolución No. 8430).

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/de/dij/resolucion-8430-de-1993.pdf>

Ministerio de Salud de Colombia. (1993, 4 de octubre). Resolución 8430 de 1993. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud.

Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E. y Moules, N. J. (2017). Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1), 1-13. <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>

Noy, C. (2008). Sampling knowledge: The hermeneutics of snowball sampling in qualitative research. *International Journal of Social Research Methodology*, 11(4), 327-344. <https://doi.org/10.1080/13645570701401305>

Olivella-Cirici, M., Garcia-Continente, X., Bartroli Checa, M., Serral Cano, G., & Pérez Albarracín, G. (2023). El uso problemático del teléfono móvil: análisis transversal del perfil individual y factores asociados. *Revista Española de Salud Pública*, 97, e202305036. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37132395/>

Olivella-Cirici, M., Sánchez-Ledesma, E., Continente, X., Clotas, C., & Perez, G. (2022). Perceptions of the uses of cell phones and their impact on the health of early adolescents in Barcelona: A qualitative study. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 7, 130–140. <https://doi.org/10.1007/s41347-021-00228-0>

Organización Mundial de la Salud. (2023). La salud de los adolescentes.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

Pedrero-Pérez, E. J., Rodríguez-Monge, S., Gallardo-Alonso, F., & Fernández-Gómez, E. (2021). Uso problemático de Internet: Criterios diagnósticos, prevalencia y consecuencias negativas: Revisión narrativa de la literatura. *Adicciones*, 33(2), 95–106. <https://adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/1151>

Pérez, C; Prado, J. (2025). Afrontamiento ante los cambios de la adolescencia en estudiantes mujeres de 4to año de secundaria de una institución educativa estatal de Lambayeque, 2024.

<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/14290>

Ramírez Cardesín, M., & Pedraz Marcos, A. (2020). Los cuidados de Enfermería en los problemas de conducta durante la transición adolescente. *RECIEN*, 19, 40–57. <https://doi.org/10.14198/recien.2020.19.04>

República de Colombia. (1996, 25 de enero). *Ley 266 de 1996: por la cual se reglamenta la profesión de enfermería y se dictan otras disposiciones*. Diario Oficial.

Roy, C. (2014). *Generating middle range theory: From evidence to practice*. Springer Publishing Company.

Roy, C. (2014). *Generating middle range theory: From evidence to practice*. Springer.

Roy, S. C. (2014). *Generating middle-range theory: From evidence to practice*. New York, NY: Springer.

Ruiz, A; Dolores, M. (2019). Evitación experiencial y uso abusivo del smartphone: un enfoque bayesiano.

<https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/1151>

Sánchez-Fernández, M., & Borda-Mas, M. (2022). Problematic smartphones use and specific problematic Internet uses among university students and associated predictive factors: A systematic review. *Education and Information Technologies*, 28(6), 7111–7204. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9707285/>

Sologuren, V. (2022). Resiliencia y estrategias de afrontamiento en adolescentes del caserío Santa Clara de Nanay.

<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/661292>

Valdez Pomalaza, I. V. (2023). Afrontamiento y resiliencia en adolescentes de centros de atención residencial. Universidad Continental.

Villalvir, E. (2024). La regulación emocional del miedo a estar sin el dispositivo móvil en los adolescentes: revisión sistemática.

<https://openaccess.uoc.edu/items/e3660fb2-ee13-418c-86bc-edef2417d269#page=1>

Villamizar Carvajal, Beatriz, & Durán de Villalobos, María Mercedes. (2012). Modelo de adaptación de Roy en un ensayo clínico controlado. *Avances en Enfermería*, 30(2), 97-107. Retrieved September 01, 2025, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-45002012000200010&lng=en&tlng=es.

Wu, R., Guo, L., Rong, H., Shi, J., Li, W., Zhu, M., He, Y., Wang, W., & Lu, C. (2021).

The role of problematic smartphone uses and psychological distress in the

relationship between sleep quality and disordered eating behaviors among Chinese college students. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 793506.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8710586/>

Zhong, Z. J., Lin, X., Wang, Y., & Liu, Z. (2023). Problematic smartphone use, mental health, and interpersonal difficulties among adolescents: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 14, 1178945.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1178945/full>

ANEXOS

Anexo A.

Formato de Consentimiento Informado para padres o tutores legales

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Consentimiento informado para la participación en el estudio:

"Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa "

Este documento llamado "Consentimiento informado" es entregado a usted con el propósito de explicarle en qué consiste la investigación que se desarrollará, y en la cual, queremos invitarlo a participar.

Usted tiene plena libertad de decidir si quiere participar o no en esta investigación. Antes de decidir puede realizar todas las preguntas que considere pertinentes sobre lo descrito en este documento o dudas que resulten posterior a la lectura del mismo. Si usted decide firmar aceptando su participación en el estudio, recibirá una copia de este documento.

Mediante este documento, se le está invitando a participar en un estudio de investigación titulado: "Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa ", que tiene como objetivo, describir las percepciones de los adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa y sus implicaciones en la salud mental.). Investigadora principal Andrea Liliana Viasus Castillo enfermera maestrante salud mental, tutora de investigación Merilyn Guerra Ramirez *Enfermera. MSc. Enfermería* son profesionales vinculados a Fundación Universitaria Sanitas y son los investigadores que desarrollarán el estudio.

Esta propuesta ha sido revisada y aprobada por la Comisión de Investigaciones de Clínicas Colsanitas y el Comité de Ética en Investigación de la Fundación Universitaria Sanitas, que tienen como función garantizar el cumplimiento a las normas y Buenas Prácticas en Investigación Clínica y salvaguardar la protección de los participantes de cualquier investigación.

Importancia y justificación de la investigación

El estudio tiene un propósito exclusivamente investigativo. Los resultados contribuirán a identificar las variables que influyen en este comportamiento para encontrar directrices que permitan realizar intervenciones integrales, personalizadas, y fomentar la resiliencia, la adaptación y el bienestar emocional. La investigación por tanto apoya el desarrollo de prácticas de cuidado centrada en la persona y fortalecer las capacidades adaptativas de los adolescentes en su propio contexto.

Intervención, procedimiento o pruebas

La participación consistirá en una entrevista semiestructurada de aproximadamente 30 a 40 minutos, la cual podrá ser grabada en audio con su autorización. Las entrevistas se realizarán en un entorno tranquilo, privado y seguro, dentro de las instalaciones de la institución educativa o en un lugar previamente acordado, con la presencia o autorización de los padres o tutores legales.

Durante la actividad se empleará un lenguaje respetuoso y adecuado a la edad de los adolescentes, priorizando en todo momento su bienestar psicológico y emocional.

Selección de participantes

Participación voluntaria o retiro

La población objetivo está compuesta por adolescentes de entre 15 y 18 años. Se seleccionará una muestra mediante el muestreo bola de nieve, en el cual los primeros participantes serán identificados y, posteriormente, serán quienes refieran a otros adolescentes.

Su participación en esta investigación es totalmente voluntaria. En caso de que acepte participar podrá retirarse en cualquier momento del estudio.

Si usted decide no participar, no le afectará de ninguna forma su atención rutinaria o el tratamiento que requiera de acuerdo a las recomendaciones de su médico tratante.

Duración

tendrá una duración

Aproximada de 30 a 40 minutos. Esta entrevista será de manera presencial y en caso de que se requiera un nuevo contacto con el fin de aclarar dudas relevantes se podrán realizar nuevos encuentros de forma virtual.

Riesgos

No se anticipan riesgos significativos. Podrían surgir incomodidades emocionales al hablar de experiencias personales, pero en todo momento el adolescente podrá detener la entrevista o retirarse del estudio sin consecuencias. Además, se contará con el apoyo de un profesional en psicología disponible para brindar acompañamiento en crisis o ante cualquier situación que pueda surgir.

Beneficios

Este trabajo genera un impacto significativo, porque proporciona evidencia cualitativa que permite comprender qué significado le otorgan los adolescentes al uso del celular como una estrategia de evasión emocional, de esta manera definir estrategias de prevención para la salud mental

Incentivos

La participación no implica ningún tipo de compensación económica.

Confidencialidad

Toda la información será tratada de manera confidencial, utilizada únicamente con fines académicos y posteriormente archivados conforme a las normas institucionales y éticas vigentes.

A Quién Contactar

Si tiene cualquier pregunta puede hacerlas ahora o más tarde, incluso después de haberse iniciado el estudio. Si tiene alguna duda, puede contactar a cualquiera de los siguientes profesionales:

Nombre: Andrea Liliana Viasus Castillo

Dirección: trv 16 B N 32-110

Número de teléfono: 3006786960

e-mail: al.viasusca@unisanitas.edu.co

Si tiene alguna queja o duda en relación al desarrollo del protocolo, también se puede comunicar con el Comité de Ética en Investigación de la Fundación Universitaria Sanitas:

Nombre presidente CEI: Eduardo Low Padilla

Teléfono: 601-5895377 ext. 5719901

Correo: comiteetica@unisanitas.edu.co



Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa. Leí (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

Nombre del Participante

Firma del Participante

No. Identificación del Participante

Fecha

Día/mes/año

Nombre del Testigo 1

Firma del Testigo 1

No. Identificación del Participante

Relación Testigo 1 con Participante

Fecha _____
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante _____ (Iniciales del investigador).



Anexo B.*Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes*

Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

Yo, _____, identificado con documento de

identidad número _____, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha:

Nombre:

Documento de identidad:



Anexo C.

Formato asentimiento para adolescentes

Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

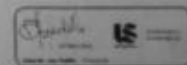
Yo, Brisbanny Lisbeth Rodríguez Hernández, identificado con documento de Tarjeta Identidad

identidad número 1.050.613.518, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha: 27-03-2026

Nombre: Brisbanny Lisbeth Rodríguez Hernández

Documento de identidad: 1050613518



Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa. Leí (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

X Brisbanny Lisbeth Rodriguez
Nombre del Participante

Brisbanny Rodriguez
Firma del Participante

1050613518
No. Identificación del Participante

Fecha 27-03-20-26
Día/mes/año

Martha Yareth Hernandez
Nombre del Testigo 1

Martha Yareth Hernandez
Firma del Testigo 1

3366491
No. Identificación del Participante

modie
Relación Testigo 1 con Participante

Fecha 27-03-20-26
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante
A (Iniciales del investigador).



Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

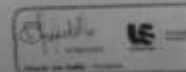
Yo, Manuel Alejandro Viasus Cortes, identificado con documento de T.I.

identidad número 1150435097, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha: 13-06-2026

Nombre: Manuel Alejandro Viasus Cortes

Documento de identidad: 1150435097



Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa. Lei (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

Manuel Alejandro Viasos
Nombre del Participante

Manuel Alejandro Viasos
Firma del Participante

1150435097
No. Identificación del Participante

Fecha
13-06-26
Día/mes/año

Aida Alejandra Cortes
Nombre del Testigo 1

Madre
Firma del Testigo 1

1026255538
No. Identificación del Participante

Relación Testigo 1 con Participante

Fecha 13-06-2026
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante
_____ (Iniciales del investigador).



Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

Yo, Emanuel Barrios Galán, identificado con documento de T.I

identidad número 1130436452, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha: 23-05-26

Nombre: Emanuel Barrios Galán

Documento de identidad: 1130436455

Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa. Lei (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

Emanuel Barojas Galán
Nombre del Participante

Emanuel Barojas Galán
Firma del Participante

TI. 1150436452
No. Identificación del Participante

Fecha
Día/mes/año

Ylenia Cristina Galán Tovar
Nombre del Testigo 1

Ylenia Galán
Firma del Testigo 1

ce 33369065 de Tovar
No. Identificación del Participante

Ylenia
Relación Testigo 1 con Participante

Fecha 23-05-26
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante
X (Iniciales del investigador).

Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

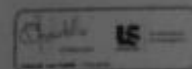
Yo, María Fernanda Bargas, identificado con documento de Identidad

identidad número 1150434914, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha: 23-05-26

Nombre: María Fernanda Bargas

Documento de identidad: 1150434914



Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa. Leí (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

Ylona Fernanda Borjas Galán
Nombre del Participante

Ylona Fernanda Borjas
Firma del Participante

II 1150434914
No. Identificación del Participante

Fecha
Día/mes/año

Ylona Cristina Galán Torro
Nombre del Testigo 1

Ylona Galán
Firma del Testigo 1

El 33 369.005 de Zujar
No. Identificación del Participante

Ylona
Relación Testigo 1 con Participante

Fecha 23-05-26
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante
 (Iniciales del Investigador).

Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

Yo, Sara Alejandra Rodríguez Galán, identificado con documento de Tarjeta de identidad

identidad número 11 22 930 799, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha: 20-06/26

Nombre: Sara Alejandra R.

Documento de identidad: 11 22 930 799

Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa. Leí (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

Sara Alejandra Rodríguez
Nombre del Participante

Sara Alejandra R.
Firma del Participante

1122930799
No. Identificación del Participante

Fecha 20-06-26
Día/mes/año

Alejandra María Galán
Nombre del Testigo 1

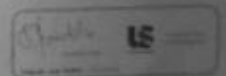
Alejandra Galán
Firma del Testigo 1

40.043.806
No. Identificación del Participante

Namí
Relación Testigo 1 con Participante

Fecha 20-06-26
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante
_____ (Iniciales del investigador).



Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

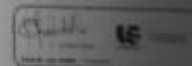
Yo, Angel Thomas Niño López, identificado con documento de Tarjeta de identidad

identidad número 1051072079, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha: 22-06-26

Nombre: Angel Thomas Niño López

Documento de identidad: 1051072079



Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa Lei (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

Angel Thomas Nino López
Nombre del Participante

Thomas Nino
Firma del Participante

1051072079
No. Identificación del Participante

Fecha
22-06-2026
Día/mes/año

Gina E. López Cuintero
Nombre del Testigo 1

[Firma]
Firma del Testigo 1

1049605037
No. Identificación del Participante

Mamá
Relación Testigo 1 con Participante

Fecha 22-06-2026
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante
X (Iniciales del investigador).

Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

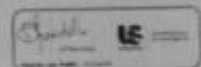
Yo, Paula Andrea Rodríguez Galán, identificado con documento de Tarjeta de identidad

identidad número 1122935578, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha: 24-06-26

Nombre: Paula Andrea Rodríguez Galán

Documento de identidad: 1122935578



Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa. Leí (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

PAULA ANDREA RODRIGUEZ GALAN
Nombre del Participante

Paula Rodriguez Galan
Firma del Participante

1122935573
No. Identificación del Participante

Fecha 24-06-26
Día/mes/año

INIRIDA CASTILLO
Nombre del Testigo 1

INIRIDA CASTILLO S.
Firma del Testigo 1

40'016 756
No. Identificación del Participante

ABUELA
Relación Testigo 1 con Participante

Fecha 24-06-26
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante _____ (Iniciales del investigador).

Formato de Asentimiento Informado para Adolescentes

Informado para Adolescentes

Título del estudio: Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa

Descripción:

Se me ha explicado que este estudio busca conocer cómo los adolescentes usan el celular y qué piensan de ello. Me harán algunas preguntas en una entrevista que durará entre 30 y 40 minutos.

Propósito:

Entiendo que este estudio es solo con fines académicos y de investigación, y que sus resultados podrán servir en el futuro para crear estrategias que ayuden a prevenir problemas de salud mental en otros adolescentes.

Voluntariedad:

Sé que puedo decidir si quiero o no participar y que puedo retirarme en cualquier momento de la investigación sin problema.

Confidencialidad:

Todo lo que diga en la entrevista será anónimo y usado únicamente con fines académicos.

Posteriormente será archivado de manera segura.

Retribución: No recibiré dinero ni ningún otro beneficio económico por participar.

Asentimiento:

Yo, Scarith Tethena Samuël, identificado con documento de Tegeta identidad

identidad número 1051071033, en calidad de participante adolescente, manifiesto que he comprendido la información anterior y acepto participar libremente en este estudio.

Participante Fecha: 25-06-26

Nombre: Scarith Tethena Samuël

Documento de identidad: 1051071033



Formulario de Consentimiento

He sido invitado a participar en la investigación sobre Perspectivas adolescentes sobre el uso del celular como estrategia evitativa Lei (o alguien ha leído por mí) la información que se detalló anteriormente y todas mis preguntas han sido contestadas satisfactoriamente.

Sé que no obtendré beneficios directos para mi persona y que no se me recompensará en dinero por la participación en el estudio.

Decido participar voluntariamente en esta investigación y entiendo que tengo derecho de retirarme en cualquier momento.

Santh. Tahoma Sumera
Nombre del Participante

Santh Tahoma Sumera
Firma del Participante

1051071033
No. Identificación del Participante

Fecha
Día/mes/año

Roberto Lopez
Nombre del Testigo 1

Ru 2 J
Firma del Testigo 1

33 366 874
No. Identificación del Participante

Mamá
Relación Testigo 1 con Participante

Fecha 25-06-26
Día/mes/año

Se entregó una copia de este documento de Consentimiento Informado al participante
X (Iniciales del investigador).

