

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

NADA HUMANO ME ES AJENO

COLEGIO DE HUMANIDADES y CIENCIAS SOCIALES LICENCIATURA EN
COMUNICACIÓN Y CULTURA

**Medidas de prevención en el uso de teléfonos Smartphone en las y los
estudiantes de la preparatoria IEMS II**

Plan de comunicación

**TRABAJO RECEPCIONAL
PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN COMUNICACIÓN Y CULTURA**

P R E S E N T A

OSCAR ARRIAGA GONZALEZ

**DIRECTORA
DRA. NORMA PAREJA SÁNCHEZ**

Ciudad de México, marzo de 2026.

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS[©]

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	6
a) Planteamiento del Plan de Comunicación: Información relevante acerca del Plan.....	8
b) Tema y justificación	9
c) Delimitación del problema o nicho de oportunidad (tiempo, espacio, públicos, etc.).....	14
d) Objetivos del plan de comunicación.	15
e) Breve descripción del contenido del plan de comunicación elaborado.....	16
CAPÍTULO 1. PLANTEAMIENTO DEL PLAN DE COMUNICACIÓN	18
1.1 Presentación del problema social que abordará el Plan de comunicación.	22
1.2 Exposición de la problemática con relación a la Comunicación y/o la Cultura	23
1.3 Planteamiento teórico o técnico-conceptual del problema comunicativo que atenderá el plan de comunicación.....	24
1.4. Marco conceptual que sostiene el problema comunicativo y que orienta la investigación	25
Las adicciones.....	27
Dependencias	31
Las adicciones conductuales	32
La Nomofobia.....	32
Desintoxicación.....	33
Desintoxicación Digital	34
1.5. Delimitación de la problemática en relación con el tiempo-espacio-sujetos.	35
1.6. Preguntas de investigación desde el problema comunicativo.	37
1.7. Sustento teórico desde la comunicación.	37
CAPÍTULO 2. DIAGNÓSTICO	40
2.1 Antecedentes y contexto comunicativo del problema o nicho de oportunidad identificado	40
2.1.2 Estado de la Cuestión	43
2.2 Estrategia metodológica para la búsqueda de información.....	54
2.3 Selección y justificación de los métodos de investigación.....	56
2.3.1 Selección y justificación de las técnicas e instrumentos para recabar información.....	56
2.3.2 Selección, justificación y descripción del universo o fuente	57
2.4. Selección y justificación de las técnicas de investigación. Encuesta y Entrevista en profundidad	57
2.5 Diseño de instrumentos metodológicos.....	60
2.6 Análisis de los resultados.....	69
2.7 Descripción de los resultados	73

2.8. Conclusiones. Replanteamiento o confirmación del problema o nicho de oportunidad y descripción general de sus posibles soluciones.....	87
CAPÍTULO 3. PLAN ESTRATÉGICO	90
3.1 Descripción y justificación de la estrategia seleccionada.....	90
3.2 Objetivos tácticos y metas a corto mediano y largo plazo.....	92
3.3 Beneficiarios del Plan de comunicación directos e indirectos.	95
3.5. Descripción de los participantes. Actores involucrados: instituciones, grupos, asociaciones, etc.	98
3.6 Desarrollo de la estrategia a partir de un programa táctico (marco lógico). Programa Táctico ..	99
3.7 Descripción de la estrategia con relación a las tácticas que se sugieren para llevarse a cabo.	99
3.8 Ejecución de las tácticas.....	103
Propuesta de Destreza.....	103
Escaleta: Promo, Reducción del uso de nuevas tecnologías	105
Propuesta de cartel para los talleres.	108
Cartelera de Cinemanía.....	109
3.9 Cronograma	110
3.10 Diagrama del plan táctico.....	111
CAPÍTULO 4. PROPUESTA DE EVALUACIÓN DEL PLAN ESTRATÉGICO Y TÁCTICO.....	114
Análisis foda.....	120
4.2 Alcances y límites del Plan de Comunicación presentado.	121
4.2.1 Consideraciones éticas del Plan táctico	122
CONCLUSIONES.....	123
REFERENCIAS	126
Anexo	131

Agradecimientos

Para comenzar este apartado, tengo que resaltar, que nunca pensé que fuera, un camino muy agotador, y que se convirtiera en un sendero de aprendizaje y de poder construirme como persona, a mi mente vendrán muchos nombres y resonaran toda la vida, pero los que nunca se alejaron de mí, fue mi propia familia, ya que sin ellos no podría estar escribiendo estas pequeñas líneas, bajo las carencias que tuvimos nunca dejamos de estar unidos, pero esto me enseñó a seguir adelante a pesar de las circunstancias, el tratar de progresar sin importar el contexto donde este.

Al final, mi mama me enseñó a no construir castillos en el cielo, a disciplinarme, a poner los pies sobre la tierra, aunque las diferencias de pensamiento, siempre han sido como una olla exprese, nunca has dejado de amarme, y gracias a eso pude entender muchas cosas, por otra parte también tengo que resaltar que mi padre me ayudo, siendo un respaldo para mi vida, aunque pensaba que no merecía eso, -con su experiencia- pude librar batallas, con las cuales no tenía armas, pero al final me ayudo a superarlas, a su manera y a su forma, pero cada una con experiencia propia.

En este sendero tan agotador pude encontrar un gran amigo, alguien en quien podía confiar y que sobre todo, siempre ha creído en mí, “con los ojos cerrados”, ¡Si! mi hermano, que siempre ha estado hay, la única persona que me vio crecer y saber quién soy en verdad, muy dentro de ti, sé que nunca dejaste de confiar en mí, a pesar de saber “como soy”, y podría seguir toda la mañana redactando, todo por lo que me han ayudado, solo quiero decirles que muchas gracias, por todo en verdad. Muchas gracias, los quiero.

También gracias a ti UACM por darle la oportunidad de estar y formar parte de tu historia, gracias por brindarme una mano cuando las demás instituciones no me la dieron, gracias por todo, y de esta forma, pude encontrarme con una maestra que me ayudo a salir adelante, a darme ese rayo de esperanza, de poder cumplir una meta en mi vida, gracias Dra. Norma Pareja Sanches. Por ayudar, a alguien que perdió la esperanza de llegar a este punto.

En este sentido la palabra “esperanza” cobran gran importancia, porque la esperanza siempre me dio una última oportunidad, “de intentarlo una vez más”. Por último, pero no menos importante, quiero agradecerme a mí, quiero agradecerme por creer en mí, quiero agradecerme que nunca me rendí a pesar de las circunstancias y las carencias, quiero agradecerme por aguantar todo lo que sembramos, y por último:

“Quiero agradecerme, por ser yo en todo momento”.

INTRODUCCIÓN

Si bien, el pensar o realizar acciones con nuestro cuerpo, es un proceso demasiado fácil o por lo menos eso parece, esto es algo por lo que los individuos pasan durante el transcurso de su vida, aprendiendo o manejando diferentes herramientas, en los diferentes núcleos sociales en los que se desarrollan, hoy en día, una de las herramientas más indispensables es la utilización de teléfonos móviles o teléfonos inteligentes, los cuales cuentan con diferentes aplicaciones que facilitan acciones de los diferentes individuos, pero también, problemas de salud mental a partir de un uso desmedido.

Hay que decir que el cerebro puede desarrollar habilidades o hábitos a favor o en contra de los seres humanos, fomentados por el uso de las nuevas tecnologías; celulares, computadoras, smart TV, tabletas, etc., pues se ha visto que sobre todo los jóvenes en el ámbito escolar lograron comunicarse en circunstancias de aislamiento y desarrollar sus actividades académicas, pero también permanentemente preocupados y atentos a los aparatos, con ansiedad y angustia cuando no se tiene acceso a ellos y con alivio cuando tenían el aparato de vuelta, lo que nos lleva a revisar más allá del consumo de contenidos sociodigitales, la necesidad del dispositivo mismo. Este tipo de conductas llegan a manifestarse con una gran necesidad de no poder estar conectado, mostrando dificultad para controlar el uso de estos aparatos y podría usarse la analogía del ámbito médico sobre adicciones.

Lo anterior da pie a problemas sociales en relaciones interpersonales, desviándose de sus principales tareas como escolar o laboral, concretando daños a su salud, tanto físicos como mentales, sobre todo, con las posibilidades de consumo de contenidos en redes y plataformas sociodigitales. Esto puede producir cambios en sus hábitos que retribuyen un placer instantáneo y se ve reflejado directamente en su salud, es lo que llamamos intoxicación. Esos hábitos se van creando por el uso constante de estas herramientas que encuentran en internet, su relevancia ha tocado diferentes disciplinas, marcándose como un problema de adicción y de salud pública (De Corral, 2010).

Sin adoptar una postura contra la tecnología o tecno fóbica, esta investigación ha profundizado en la expresión de conductas problemáticas que también son parte del consumo tecnológico

incentivado por la pandemia y que prevalecen en el contexto de pos pandemia sobretudo en jóvenes, de modo que se propongan soluciones o estrategias de intervención.

Ello para encontrar diferentes aspectos que rodean por ejemplo en un aspecto concreto como el aumento en dispositivos móviles¹ que se presenta en diferentes sectores de la sociedad. Uno de los espacios donde se observa ese fenómeno son las aulas y particularmente en estudiantes que se adaptaron a la utilización de estas herramientas que proporciona el Internet, sobretudo porque sus vidas fueron reacondicionadas por la llegada de la pandemia, causada por un nuevo coronavirus llamado SARS-Cov-2 y por la enfermedad que causa (COVID-19); esto llevó a que la vida cotidiana “normal” acabara y comenzará un confinamiento que duraría más de dos años, lo cual supuso importantes transformaciones en la vida social durante la pandemia y después de ella.

Las actividades tanto académicas como laborales encontraron un espacio en las diferentes plataformas que ofrece internet, lo que repercutió en muchos casos en un aumento en el uso de las nuevas herramientas electrónicas y alteraciones en las relaciones interpersonales sobre todo en jóvenes. Es innegable que la tecnología de información y comunicación ofrece grandes posibilidades de conocimiento, desarrollo, aprendizaje en niveles inéditos, y de formación de comunidades a distancia, también lo es que puede ocasionar la disminución de procesos sociales de interacción si no hay un uso consciente y limitado de los dispositivos.

Por tal situación, el Plan de Comunicación que se presenta tiene como objetivo general informar sobre los efectos relacionados con el uso de teléfonos inteligentes, en particular a las y los estudiantes de la preparatoria IEMS II GAM, se procede abordar este proceso.

El trabajo se enfoca justo en ese grupo de edad mediante una investigación con estrategias de intervención y utilizando aproximaciones metodológicas cualitativas y cuantitativas para la obtención de información con estudiantes, de entre 15 y 19 años de edad que cursan el nivel Medio superior y que mostraron un uso importante de las diversas tecnologías asociadas al teléfono celular con conexión de internet, en particular después de la pandemia de Covid 19.

El trabajo se ubicó asimismo, en el Instituto de Educación Media Superior (IEMS) Salvador Allende, dentro de la demarcación de la Ciudad de México que se localiza en la alcaldía Gustavo A. Madero, zona norte de la ciudad. Se realizó un análisis amplio de los diferentes

¹ **Figura 1.** *Usuarios de teléfonos celular según equipo 2015-2020, Vea página 8.*

ámbitos a los que nos lleva la investigación, y asumiendo la responsabilidad que la investigación merece, se dio pie a generar estrategias con talleres que contienen diferentes técnicas que ayuden a un proceso de lo que aquí se denomina, un uso moderado de teléfonos smartphone, entendiéndose como un distanciamiento paulatino, racional y limitado de dicho dispositivo, proceso que algunos han llamado de desintoxicación, la digital.

a) Planteamiento del Plan de Comunicación: Información relevante acerca del Plan

En consideración de la importancia de lo anterior, se optó por desarrollar un Plan de Comunicación con el fin de intervenir proponiendo diversas estrategias sobre dicha problemática derivada de la pandemia y que sigue siendo un problema importante.

Un Plan de Comunicación implica un esquema donde plasmamos de forma clara los objetivos a los que se aspiran llegar dentro de un proceso de comunicación planificada para conocer el entorno que se quiere atender. Se promueve el seguimiento y valoración de los procesos comunicativos, todo esto basándose en un entorno de comunicación organizacional, donde encontramos el trabajo de María Martín (2007) en el que citó a Anni Bartoli (1992) que justifica el empleo de la comunicación para el buen funcionamiento de la organización y lograr resultados.

El plan de comunicación, se va estructurando de una manera en que la situación o crisis lo va exigiendo, detonando un análisis amplio dentro y fuera del entorno al que se está enfocando. El plan desarrolla objetivos tácticos con las metas de corto, mediano y largo plazo, donde se va justificando las diferentes acciones en las que se desenvuelve el proceso (López Noreña, 2010).

Se toman como referencia a los actores y los lugares en los cuales se lleva a cabo dicha problemática que se quiere atender, con lo que se hace un exhaustivo monitoreo y análisis de los datos obtenidos, otorgando una reflexión de los datos para proporcionar un plan estratégico de comunicación, visualizando diversos conceptos, los cuales acompañan para poder llevar una línea de investigación más clara y amplia (Gómez Torres, J. H., 2004).

Estanyol (2017) plantea que "El plan ayuda a estructurar una organización para poder llegar en conjunto a objetivos en general, y poder mejorar aspectos que se encuentran dentro de diferentes organizaciones, es una estrategia de organización la cual, su principal característica es poder reorganizar y mejorar crisis y que hacen que el rendimiento en las estructuras mejore".

Podemos encontrar que el plan de comunicación es una herramienta de organización que mejora diferentes aspectos comunicativos, y alcanzando los objetivos planteados con anterioridad, para su desarrollo dentro de los diferentes núcleos donde se implemente.

b) Tema y justificación

El objeto de estudio es el aumento del uso de teléfonos Smartphone en los jóvenes, enfocándonos en las y los estudiantes de la preparatoria IEMS II y a partir de ello, desarrollar las estrategias de intervención que se orientan a la búsqueda de la moderación en el uso de teléfonos inteligentes.

Justificación Social

En México las cifras de líneas de telefónicas fijas de 2004 a 2009 iban en declive acelerado, debido a la migración a la telefonía móvil, en algunos casos las personas cancelaron la línea fija y en otros optaron por contratar la telefonía móvil, y se observa que a partir del año 2000, hubo un crecimiento lento debido, a la migración de telefonía móvil, pero también como consecuencia de la cancelación de las líneas fijas, para sustituir por la contratación de servicios de banda ancha que permite realizar llamadas telefónicas por Internet como fue informado por Cofetel (2010).

Esta migración tuvo un punto clave asociado a la nueva enfermedad COVID-19, la cual vino a imponer nuevas reglas en los diferentes aspectos sociales, tanto económicos, políticos y sociales. Asimismo, hubo un registro en los diferentes niveles educativos, ya que, para el ciclo escolar 2020-2021 se inscribieron 32.9 millones (60.6% de la población de 3 a 29 años). Por motivos asociados a la COVID-19 o por falta de dinero o recursos no se inscribieron 5.2 millones de personas (9.6% del total 3 a 29 años) al ciclo escolar 2020-2021 (INEGI, 2020).

Con estos datos podemos observar que el número de estudiantes en México es bastante grande, los cuales comenzaron con uso que va en aumento de herramientas electrónicas, aun así, este caso lo podemos ver replicarse en diferentes partes del mundo dentro del marco de la pandemia, ya que en una publicación de finales de diciembre 2020 en *JAMA Network Open*, se determinó que más de 2.000 menores de Canadá, tienen el mayor uso de televisión o medios digitales, videojuegos, aprendizaje electrónico y tiempo de videochat, y que ello se asociaba con

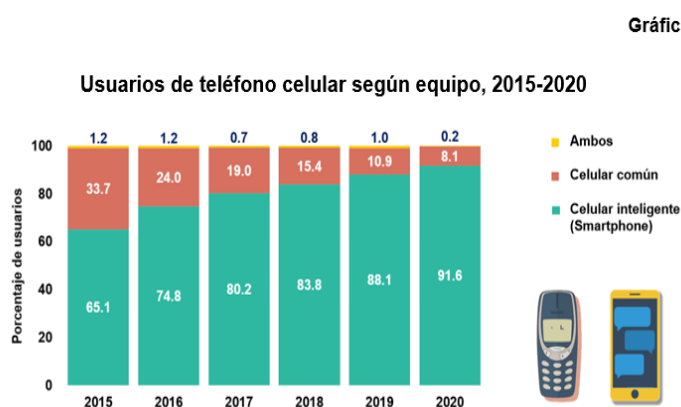
síntomas de depresión, ansiedad, problemas de conducta, irritabilidad, hiperactividad y falta de atención durante la covid-19 (Shulman, R., 2020).

Como se mencionó anteriormente, para el ciclo escolar 2020-2021 en México, se inscribieron 32.9 millones (60.6% de la población de 3 a 29 años, como lo informó Instituto Nacional de Estadística y Geografía INEGI), el número de estudiantes que pasaron de clases presenciales a clases en línea, o actividades laborales fue importante, el sistema ha cambiado y los individuos debieron adaptarse a su entorno.

Cabe apuntar que en México, hay 35.3 millones de jóvenes entre 12 y 29 años que utilizan Internet, según datos de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnología de la información en los hogares (ENDUTIH, 2021) y en México 9 de cada 10 jóvenes tiene acceso a un teléfono celular. ¿Qué capacidades se detonaron dentro de este nuevo rol, y que nuevas formas de interacción tienen o nacieron dentro estos nuevos cambios? Esto es un hecho que cambió debido a la pandemia, la utilización de los teléfonos móviles aumentó de forma importante y con ello muchos aspectos de salud y socialización.

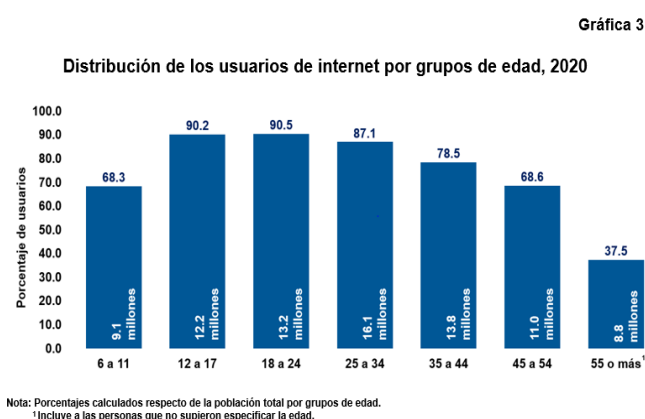
Se tiene un registro que el primer teléfono móvil, se puso en venta por el año de 1973 y con esto hubo un cambio gradual y de adaptación, donde los individuos comenzaron con el manejo de dichos aparatos, pero hoy en nuestros días, la pandemia trajo consigo un proceso de adaptación inmediata, que fue global en las distintas sociedades, es un cambio tanto internacional como nacional, ya que el manejo de un dispositivo móvil y la utilización de internet sigue en aumento dentro del país, como lo podemos ver en las siguientes figuras:

Figura 1. *Usuarios de teléfonos celulares según equipo 2015-2020*



Nota: La figura muestra las cifras de usuarios de teléfonos celulares en México en los años de 2015 a 2020
Fuente: Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT) (2020)

Figura 2. Distribución de los usuarios de Internet por grupos de edad 2020



Fuente: Instituto Nacional de Estadística y Geografía INEGI (2020²)

Cabe resaltar que el uso excesivo puede conllevar a padecer diferentes problemáticas, desde el mismo aislamiento, sedentarismo, inseguridad entre otros factores, y hasta las de tipo físico como problemas de la columna, que se desarrollan por el uso constante de este tipo de herramientas electrónicas o mejor llamados, teléfonos inteligentes. Así se nos menciona por el estudio de *Common Sense Media* (2019) que muestra que los adolescentes de entre 13 a 17 años pasan aproximadamente hasta nueve horas en línea cada día, y se observa también un uso constante entre los jóvenes que cursan el nivel medio superior.

Por otro lado, la investigación realizada por *Pew Research Center* (2018) nos menciona que el 60% de los adolescentes entre 13 y 17 años reconocen que un tiempo de pantalla es excesivo y que puede causar un problema, aun así, la investigación detalla que debido a los cambios neurológicos y hormonales en su cerebro, los adolescentes sienten la necesidad de pertenecer, ser respetado y admirados dentro de estas plataformas que se encuentran en internet.

Actualmente se sabe que hubo un incremento en el uso del internet en México de 15.7% con respecto a 2017, lo que equivale a casi 7.2 millones de hogares INEGI (2022). Por su parte, la Asociación de Internet MX, presentó el Estudio Sobre los Hábitos de Personas Usuarias de Internet en México (2022) y menciona que, en el año 2021, se registraron 88.6 millones de hogares con acceso a internet (75.6 %) del total nacional, esto representa el 75.6% de la

²-La *Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares* (ENDUTIH) 2020, tiene como finalidad obtener información sobre la disponibilidad y el uso de tecnologías de la información y comunicaciones en los hogares y su utilización por los individuos de seis años o más en México, para generar información estadística en el tema.

población de 6 años y más, resaltando qué la pandemia incentivo un uso de herramientas digitales, en escuelas y trabajos, siendo qué los usuarios tengan que hacer un gasto en promedio de \$401.7 pesos al mes.

Justificación académica desde la comunicación y la cultura

Lo anteriormente mencionado implica la existencia de procesos de interacción comunicativa que son fundamentales en una sociedad. En el caso de los jóvenes, es crucial para efectos de su socialización relacionada a su identidad, autoestima, autopercepción y el desarrollo sano de sus habilidades sociales mismas que pueden debilitarse ante el uso excesivo de los teléfonos celulares. Si bien es cierto que la tecnología ofrece grandes posibilidades de conocimiento, desarrollo y aprendizaje, lo es que puede ocasionar la disminución de procesos sociales de interacción.

Por ende, en este trabajo se parte de la importancia del estudio de las interacciones, pues nos permite también ver los gustos, actitudes, que son el reflejo de los grupos sociales en los que los sujetos se desenvuelven como tal. Las interacciones también son formadas mediante los medios de comunicación que imponen los sistemas en los que las personas se desarrollan; podemos ver que se modifica la manera de cómo se apropian de la información, y a su vez podemos ver las nuevas relaciones en las cuales, las sociedades se están agrupando por la utilización de dispositivos móviles.

Tenemos que mencionar, que la interacción es fundamental, para la conformación de actitudes, gustos o poder comprender las diferentes normas de comportamiento en los diferentes lugares, esto se forja mediante la interacción que tienen las personas en los diferentes núcleos en los que se desenvuelve. Así, hay que decir que Interaccionismo simbólico se basa en la comprensión de la sociedad a través de la comunicación (Blúmer, 1969).

Basado en lo que se ha estado mencionando y desde el punto de vista académico, podemos ver que un enfoque interaccionista y en específico sistémicos, es elemental para el estudio de este fenómeno, ya que nos podrá ayudar a entender cómo la estructura de los sistemas cambia, pero que, a su vez, hay nuevos sistemas que están naciendo, al ver que los mensajes otorgados, comienzan a interpretarse por los individuos, para que tenga una nueva convivencia dentro de los formatos que cambiaron, más el sistema solo se modificó.

Al ver que la pandemia nos puso en un aislamiento, hubo un proceso de exploración dentro de lo colectivo a lo personal, que es de gran aporte, ya que se podrá estudiar estos acontecimientos, en los cuales estamos inmiscuidos hoy en día.

Recordemos que el enfoque sistémico identifica una cohesión entre los diferentes participantes de dicha sociedad, es decir, "El modo de cómo abordar a los objetos y fenómenos que pueden ser aislados, si no que verse como parte de un todo, no es la suma de elementos, sino un conjunto de elementos que se encuentran en interacción, un sistema es un conjunto que tiene elementos que se relacionan con un fin en objetivo". (Bertalanffy, 1996)

Al darnos cuenta, vemos que la participación o el rol que tiene cada individuo, dentro de este todo o mejor dicho, esta nueva realidad. El enfoque sistémico pone especial interés en los procesos de comunicación interpersonal y grupal, y la comunicación entre ellos es vista como un conjunto interrelacionado.

JUSTIFICACIÓN PERSONAL

Para poder determinar cuál fue uno de los aspectos, que me llevaron a la investigación de este tema, fue el observar que durante la pandemia y hoy en día, el tiempo que se emplea en los teléfonos inteligentes es enorme, las interacciones humanas tomaron un camino diferente, al optar por tener un nuevo canal de comunicación, dejando atrás la interacción en un lugar físico y trasladarse a un lugar virtual, donde dan la oportunidad a los usuarios de mantener una distancia con las personas con las que interactúa.

Ya que he tomado clases en línea y trabajado desde casa, tengo que mencionar que me parece que las generaciones de jóvenes, adoptaron esta manera de interactuar quizá mediante un dispositivo móvil, dejando atrás elementos de comunicación interpersonal de manera presencial, física.

Es decir, al estar presente en este problema, he tenido que recurrir a nuevas herramientas que proporciona por internet para poder facilitar tanto el aprendizaje como la situación laboral u otras actividades, por el COVID 19 e incluso anteriormente, ya era partícipe de esta interacción, pero con la pandemia se aumentó de una manera alarmante.

c) Delimitación del problema o nicho de oportunidad (tiempo, espacio, públicos, etc.).

Hoy en día, una de las herramientas que se usan para el proceso de la comunicación son las herramientas que proporciona el internet, y que pueden ser consultados por dispositivos como teléfonos inteligentes, tabletas y laptops, entre otros, y es aquí donde la construcción de la nueva comunicación va cambiando, por este caso tomamos en cuenta estos hábitos por parte de los usuarios.

Para la realización del plan comunicacional, es importante mencionar que a partir de un estudio exploratorio en 2021, pudimos establecer que los actores involucrados se encuentran envueltos en un aumento en el uso de teléfonos inteligentes o Smartphone.

Los criterios de integración de la muestra fueron la consideración de un rango de edad específico: 1) dentro de los 15 a 19 años de edad, 2) siendo los participantes estudiantes que cursan el nivel medio superior, 3) en la preparatoria Salvador Allende IEMS Instituto de Educación Media Superior, dentro de la demarcación de la Ciudad de México que se ubica en la alcaldía Gustavo A. Madero de la zona norte de la ciudad con dirección Av. Ferrocarril Hidalgo 1129 Col. Constitución de la República, C.P. 07469.

La selección de esa muestra se hizo por conveniencia ya que este investigador cursó ahí el nivel medio superior y con ello había un conocimiento previo del lugar, lo que contribuyó al desarrollo del trabajo.

Esta muestra tomó en cuenta los dos turnos que se encuentran dentro del plantel tanto (matutino como vespertino), se especifica que, aunque ellos no son toda la comunidad de este plantel, ya que se dejó a un lado tanto al personal docente como a las personas que laboran dentro de las instalaciones, se buscó principalmente el uso en aumento de un teléfono inteligente dentro de los mismos estudiantes. Se consideró que los jóvenes contaran con una baraja amplia sobre el uso de dichas herramientas para poder crear canales de comunicación y entablar comunicación más eficaz, sobre todo cara a cara, en el lugar en el que se encuentre.

Con ello identificamos esta problemática para establecer las razones de su importancia como estudio, y el nicho de oportunidad que se abre a partir de que los jóvenes estudiantes estaban y están envueltos en esa dinámica de consumo excesivo, ya que las y los estudiantes de esta institución en ese momento no tenían y a la fecha no hay, campañas amplias y directas que busquen concientizar y limitar el uso de esos dispositivos.

d) Objetivos del plan de comunicación.

El objetivo general de este trabajo, es informar y concientizar sobre los efectos relacionados con el uso excesivo de teléfonos inteligentes o smartphone a las y los estudiantes de la preparatoria IEMS II GAM

Objetivos de la investigación

Diagnóstico

- Medir el nivel de uso de teléfonos smartphone entre las y los estudiantes del IEMS Salvador Allende.
- Identificar posibles habilidades comunicativas afectadas por el empleo de herramientas electrónicas (teléfonos inteligentes) en las y los estudiantes.
- Conocer los signos compartidos que poseen las y los estudiantes a través de su interacción con teléfonos smartphone.
- Identificar los pros y contras que conocen los estudiantes de la utilización de teléfonos smartphone.

Objetivos del plan

- Dar a conocer a partir del diseño de un plan estratégico, las afectaciones que hay por el uso excesivo de teléfonos smartphone, tanto física como emocionalmente.
- Fomentar un uso adecuado/limitado de dispositivos móviles entre las y los estudiantes del IEMS Salvador Allende.
- Fomentar actitudes de confianza y seguridad entre las y los estudiantes, sin la aplicación de dispositivos móviles.
- Incentivar la necesidad de diversificar el tiempo de uso que hay en los dispositivos móviles por parte de las y los estudiantes.
- Identificar herramientas de apoyo para la interacción entre las y los estudiantes, sin el uso de teléfonos smartphone.

e) Breve descripción del contenido del plan de comunicación elaborado.

Es importante destacar que encontraremos, una parte más sintetizada de cómo se está formando este documento, dentro de un proceso de organización, el cual nos dará la oportunidad de desarrollar estrategias y tácticas de comunicación, y se pondrán poner en marcha para poder dar una solución, a problemas o dar mejoras en aspecto de comunicación dentro de un contexto real, dando entendimiento del fenómeno al que nos enfrentamos y poder llevar a buen puerto, con soluciones más amplias; para esto el documento estará formado por:

Una introducción, la cual nos dará un panorama más amplio del fenómeno al que nos estamos enfocando, dando aspectos relevantes del plan de comunicación que se quiere aplicar, a lo que se ha identificado como nicho de oportunidad, mostrando la justificación y la importancia de porque nuestros ojos se enfocan a este objeto de estudio u oportunidad de intervención, dando un proceso de limitación del fenómeno y determinar los factores y los actores, quienes están envueltos en la problemática, en la que se encuentran, esto nos ayudará a poder establecer objetivos principales y secundarios, donde nos ayudarán, como una línea de investigación, dentro de la misma intervención que se planea hacer.

Como tal, durante el proceso de lectura del trabajo se descubrirá un planteamiento del problema, donde nos desenvolvemos y dando una descripción profunda y amplia sobre el objeto de estudio, y encontraremos las limitantes desde lo macrosocial y lo microsocioal, nos respaldamos en los aspectos de comunicación y cultura, donde están envuelto el nicho de oportunidad, delimitando el tema tanto en tiempo y espacio, para poder estar en un mismo canal, formular un diagnóstico, el cual nos ayudará a tener, un eje en nuestra exploración, ya que se buscaron antecedentes y contexto a partir de los cuales se respalda.

De ese modo se tiene una idea más amplia de la intervención a la que se quiere llegar. Para esto, se describe también el diseño del proceso metodológico, esto nos ayudó a delimitar a los actores, el tiempo y espacio donde se desarrolla nuestro objeto de estudio, así como el método, las técnicas y los instrumentos para recabar información y asimismo poder hacer un análisis de la situación a la que nos enfrentamos. Por último, se encontrarán las notas, reflexiones y el aparato bibliográfico en el cual se sostiene este trabajo

CAPÍTULO 1. PLANTEAMIENTO DEL PLAN DE COMUNICACIÓN

Si bien, durante el transcurso de los años, la comunicación y las nuevas interacciones entre los humanos, siempre han dado pie a nuevas revoluciones tecnológicas, en los diferentes campos en los que se emplea, ha sido, sin duda una constante en la evolución humana, la cual le ha traído consigo diferentes aspectos para la vida de los seres humanos. Hoy en día podemos decir que vivimos en uno de los cambios más relevantes que se tiene registrados en la historia de la humanidad, la revolución digital, la cual ha llegado a dar un hincapié a nuevas formas de unir a diferentes culturas, desde diferentes puntos del mundo y haciéndolos partícipes a todos en un mismo espacio, “El ciberespacio”.

La revolución digital, es un sistema que ha ido cambiando las estructuras sociales, desde los años 50, esto gracias a la aparición de nuevas tecnologías, las cuales han facilitado estos aspectos de interacción, donde su implementación social, ha empezado a cubrir diferentes aspectos sociales; donde los ordenadores y como también, todo lo relacionado con componentes tecnológicos, provocaron que a finales de 1950 se comienza a incorporar herramientas digitales en procesos industriales (Carr, 2014).

Gómez-Romero (2017) plantea que todo esto impulsó al nacimiento de teléfonos inteligentes o smartphones, así como por el uso de la computación y la tecnología, sin olvidar que los primeros orígenes de estas nuevas tecnologías, viene del año de 1947 aproximadamente a la mitad del siglo XX, tanto los físicos John Bardeen, Walter Houser Brattain y William Bradford Shockley, inventaron el transistor provocando que los equipos digitales de esta época, tuvieran una revolución en su sistemas y ayudando a potencializar sus uso.

En 1960, el mundo viviría nuevamente un cambio, donde los diferentes usuarios que iban incorporándose y familiarizándose, con los términos que posteriormente conformarán lo que hoy en día, conocemos como el internet, incorporando ya para los noventa un concepto, como el de World Wide Web, el cual es un sistema interconectado de páginas que permite navegar con mayor facilidad con una gran cantidad de información, web. El WWW fue iniciado en el CERN por Tim Berners-Lee en 1993 (Berners-Lee, Caillau, Groff y Pollerman, 1992) con el objeto de integrar información accesible a través de una única red de ordenadores (Adell, A.S., 1995). Dando gran paso a lo que hoy conocemos como Internet.

López Noreña (2010) menciona que recordemos que para que la comunicación, tuviera una mayor velocidad, se necesitaba de un aparato, el cual fingiera como un receptor, es decir un teléfono celular", Hoy, tenemos diferentes modelos, los cuales son compactos y fáciles de llevar. Hay que resaltar que el primer modelo que fue denominado Motorola Dynatac 8000x, el creador fue Martin Cooper, dándose conocer el 3 de abril de 1973, como socio del directivo de Motorola. Aun así, el primer teléfono al que se le puede incorporar diferentes modalidades que se asimilaba a una computadora, salió hace dos décadas, el primer celular con internet era el Nokia 9000.

Fue presentado el 31 de agosto de 1996, desde ese momento la evolución del celular fue creciendo durante los años posteriores, donde fue desarrollando nuevos conceptos tecnológicos (Ibarra, 2004). Debemos tener presente que un teléfono básico, es un teléfono que tiene menos funciones, diseñado, únicamente para hablar. Y un teléfono móvil actual, por lo general, incluye una cámara, un receptor de radio y un navegador web.

También puede contar con un sistema operativo, que permite instalar y usar aplicaciones, y por otro lado, tenemos un smartphone, es un teléfono móvil o celular que funciona con un sistema operativo móvil (OS) y funciona como una mini computadora. Los smartphones también funcionan como reproductores multimedia portátiles, cámaras digitales, videocámaras y dispositivos de navegación GPS.

Esta evolución tecnológica, ha permitido que las sociedades, puedan estar conectadas en diferentes puntos y que todos puedan estar conviviendo en un mismo lugar virtual. Hay que tener presente que a finales del año 2019 comenzó una de las mayores pandemias que se tiene registrada en los últimos 50 años. Tenemos que poner en contexto, que es un caso a nivel mundial, y visualizar la realidad que se vivió en el mundo por un nuevo coronavirus llamado SARS-Cov-2 y la enfermedad que causa es la COVID-19.

La COVID-19 es una enfermedad infecciosa, causada por un coronavirus que se ha descubierto recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca, eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. La enfermedad COVID-19 provocó una pandemia que afectó a muchos países de todo el mundo en los últimos años. Pero la llegada de la COVID-19 y sus sucesivos confinamientos, así como el aprendizaje online y la necesidad de distanciamiento social, propiciaron una creciente dependencia del uso de tecnologías de información y comunicación nunca antes visto.

Una investigación publicada en JAMA Pediatrics, muestra cómo la media del uso diario, entre más de 5.000 adolescentes encuestados en los primeros meses del SARS-CoV-2 fue de 7,7 horas al día, una cantidad superior a las estimaciones pre coronavirus 3,8 horas al día (Cortez Reyes, 2020).

Al sumergirnos en el problema vemos que hubo grandes factores que alteraron la interacción social que fue una de las más castigadas, ya que se tuvo que requerir de un confinamiento, esto como una medida, para que la propagación del virus no fuera mayor. El confinamiento alteró la estructura del sistema en el que se organiza la sociedad, como tal que Bertalanffy (1996) menciona que es un conjunto de elementos que interactúan entre ellos, tanto a nivel de máquinas como en términos sociales.

Como tal, el primer caso que se tiene registrado en nuestro país fue el 26 de febrero del año 2020, así mismo el sistema comenzó a cambiar siendo que el individuo está comprometido sin su consentimiento y que se acopla al orden social, ya impuesto, las limitaciones que la situación de ellos debe imponer a su propia conducta. En este momento, los diferentes niveles académicos experimentaron diferentes maneras de aprendizaje, mediante las herramientas electrónicas en diferentes casos con un teléfono inteligente, lo que llevó a la reducción de lugares concurridos tales como escuelas.

Hoy en día, esta manera de interacción está tomando mayor auge, sobre los diferentes niveles sociales, en los cuales ya se implementa herramientas electrónicas, ya que tanto las escuelas y los núcleos sociales, se han transportado, a las redes sociales o plataformas que ofrece internet, lo cual fue obligado por la pandemia, sin olvidar, que antes de que la pandemia un gran número de personas, ya contaban con una interacción más frecuente a Internet mediante un teléfono móvil.

Es decir, su interacción se basaba en redes sociales y diferentes plataformas donde encuentran intereses en común, desde juegos y lugares de compras, dejando a un lado la interacción que podría tener con los demás sujetos. Para poder entender el enfoque del fenómeno al que nos estamos sumergiendo, pusimos atención a la comunicación interpersonal.

Para esto nos respaldamos en un enfoque más amplio, recordemos que según Astudillo Calderón (2012), la comunicación interpersonal es la relación entre emisor y receptor que se da en un mismo espacio y en situaciones en las que los interactuantes están físicamente próximos, que trata de una relación de intercambio por medio de dos o más personas que comparten su percepción de la realidad con la finalidad de influir en el estado de las cosas.

Aunque no siempre es un proceso consciente, no olvidemos que la comunicación interpersonal, vive en un proceso de segmentos, estos segmentos son un proceso de intercambio de información de dos o más personas, las cuales se identifican y comparten los significados en los que se desarrollan en la cultura, según Casmir, F. L. (1993) la cultura es el conjunto de conocimientos, objetos, materias y comportamientos aprendidos y socialmente compartidos.

Esto lo podemos resaltar, por el número de personas que se encuentran conectados. Hoy en día, la venta de teléfonos móviles ha ido en aumento con el transcurso de los años, ya que la oferta de plataformas para diferentes servicios, se ha ido expandiendo a este nuevo sistema, por así decirlo, a esta interacción virtual, nos menciona Wolf (2016: 34) "El debilitamiento de los vínculos tradicionales de familia, de comunidad, de asociaciones profesionales, de religión, etc. contribuye, por su parte, a debilitar el tejido conectivo de la sociedad y a preparar las condiciones para el aislamiento y la alienación de las masas".

Al ver que las nuevas formas de interacción se han modificado, podemos observar que las personas, están tomando el teléfono móvil como una herramienta de necesidad prioritaria, dándole una gran importancia a este tipo de aparatos, sin olvidar que la utilización de teléfonos inteligentes, han derivado a un sin fin de diversos accidentes, como en auto, en la casa, incluso se ven afectadas tanto física como emocionalmente.

Las interacciones en los grupos sociales han venido a menos, por la utilización de teléfonos móviles, siendo este el canal principal de interacción entre los individuos. Hay que recordar que los símbolos están dentro de la sociedad y están en todos lados, y que sobre todo que están contruidos por las interacciones entre las personas y se vuelven simbólicas.

Para esto podemos ver, las tres tesis aportadas por Blumer (1982), las cuales son:

1. La primera es que las personas actúan con relación a las cosas a partir del significado.
2. La segunda dice que el significado de las cosas se define a partir de la interacción social.
3. La tercera implica que el contenido es trabajado y modificado a través de un proceso de traducción y evaluación, que el individuo usa cuando trabaja las cosas con las que se encuentra.

Entendemos, la complejidad en la que nos encontramos dentro de este marco del interaccionismo, para poder desarrollar, el plan de comunicación y poder realizar una propuesta de intervención social, y abordarlo desde este campo y con esto poder concientizar a los

usuarios, de las reacciones que hay por el uso en aumento en este tipo de herramientas electrónicas si no hay un proceso de uso consiente y moderado.

Como se ha mencionado la utilización de este tipo de teléfonos ha ido en aumento y la identidad de las personas, entra en un proceso nuevo de adaptación, pues como lo menciona Giménez (2009) la identidad contiene elementos de lo socialmente compartido, resultante de la pertenencia a grupos y otros colectivos y de lo individual.

Pero la pandemia fue el punto de inicio, donde la mayoría de las sociedades se vieron obligadas a entrar en este nuevo tipo de sistema de interacción, reforzando lo que ya se venía haciendo en años anteriores, con la utilización de teléfonos Smartphone en crecimiento.

1.1 Presentación del problema social que abordará el Plan de comunicación.

El presente plan comunicativo aborda aspectos comunicativos en relación con las nuevas interacciones que nacieron mediante la utilización de teléfonos smartphone a partir de la pandemia por COVID-19, y determinar cómo durante los últimos años las sociedades, han tenido que irse acoplándose a las nuevas reglas de convivencia que van surgiendo, sobre todo los jóvenes.

Esto ha sido parte, desde la aparición del primer teléfono móvil en el año de 1973, de una revolución a las telecomunicaciones, donde el objetivo principal ha sido una comunicación con mayor rapidez y alcance, y en cualquier lugar donde los individuos se encuentren.

Desde tal punto la interacción de los núcleos sociales, ha venido experimentado un cambio radical, ya que se deja un espacio en físico y se transporta a un nuevo lugar, la interacción que existe entre los participantes de dicho lugar, y dejando a un lado las reglas primordiales de la interacción y el intercambio de signos compartidos, dentro de un lugar en físico.

La comunicación y el aspecto cultural se han enfrentado a una nueva estructura y un nuevo sistema de intercambio de signos, los cuales se van conformando mediante la utilización de herramientas electrónicas, dándole una gran importancia al internet, como un canal principal que hace posible que esto suceda.

La utilización de un teléfono móvil, ha ido entrando en todas las clases sociales, posicionándose dentro de todos los núcleos sociales. Las sociedades están compuestas por diferentes aspectos culturales que comparten dentro de una misma estructura, tiene sistemas complejos que definen

las acciones y comportamientos, Donde son compartidos, se fortalece por la interacción de los individuos, así cada individuo encontrará objetivos personales y también en común con su mismo núcleo.

Estos sistemas de convivencia dotan al individuo de una información previa a su comportamiento, para esto consideramos un aspecto que se ha definido como clave en este plan comunicacional, la Comunicación Interpersonal, concepto que nos brindará una mirada más amplia y nos ayudará a poder encaminarnos y comprender los aspectos que enmarca nuestro problema en relación a la cultura, la cual menciona Casmir, F. L. (1993) es el conjunto de conocimientos, objetos, materias y comportamientos aprendidos y socialmente compartidos.

1.2 Exposición de la problemática con relación a la Comunicación y/o la Cultura

Por estas razones, nos respaldamos en el Interaccionismo Simbólico de Herbert Blúmer (1982), recordemos que se trata de una corriente teórica que nos permite ver a la sociedad desde un marco teórico-metodológico, donde el individuo toma una actitud de adaptación a su entorno dentro de los diferentes núcleos sociales a los que se enfrenta, hay que recordar que se toma un gran énfasis al significado y la interpretación, que existen dentro de los núcleos sociales, en los cuales los individuos se entrelazan en su vida diaria a partir del estudio de la vida de los sujetos *in situ*.

Si bien, esta perspectiva nos muestra un campo más amplio, sobre la conducta que cada individuo debe tener dentro del orden establecido, y que sobre todo, tiene que tener en cuenta y comprenderlo como una verdad única, tenemos que ver, que lo que se estudia son las interacciones donde hay una regulación a la conducta, no solo de los individuos sino también de las mismas sociedades.

Se menciona que a la sociedad se le ve como un ente pensante, pero que a su vez este proceso de pensamiento también tiene que estar moldeado por la interacción social, es decir que en todo momento desde que nacemos tenemos y estamos en este proceso de moldear nuestro pensamiento dentro del entorno en el que cada individuo se desarrolla a partir de las interacciones.

Pero esto, no deja atrás que los mismos individuos compartan acciones o pensamientos en común, los cuales son formados y obtiene una fuerza de representación entre ellos, ya que son

ellos los que los contribuyen, dotándolos de un significado y en los cuales ellos los decodifican y son aceptados.

Hay que recordar que los símbolos están dentro de la sociedad y en todos lados y que sobre todo, que están contruidos por las interacciones simbólicas, para esto mencionamos nuevamente las tres tesis aportadas por Blumer (1982):

La primera es que las personas actúan en relación a las cosas a partir del significado; la segunda dice que el contenido de las cosas se define a partir de la interacción social y la tercera implica que el contenido es trabajado y modificado a través de un proceso de traducción y evaluación, de modo que podemos inferir que el individuo da significado a lo que usa cuando interactúa con las cosas con las que se encuentra, en este caso el teléfono móvil, el cual tiene múltiples significados y estos han cambiado convirtiéndolo en algo demasiado importante para los jóvenes.

1.3 Planteamiento teórico o técnico-conceptual del problema comunicativo que atenderá el plan de comunicación.

La sociedad está compuesta por diferentes sistemas dentro de una misma estructura, la sociedad comienza a cambiar, y tenemos que mencionar que esta sociedad y cualquier sociedad están compuesta por sistemas complejos que determina las acciones y comportamientos en los cuales los individuos se desarrollan, encontrando objetivos personales y también en común con su mismo núcleo.

Estos sistemas de convivencia dotan al individuo de una información previa a su comportamiento, para esto tomaremos un aspecto que se ha tomado en cuenta en este proyecto, es el aspecto del enfoque sistémico, el cual nos orientó para entender cómo cambian y se comportan estos sistemas ya establecidos en la realidad y normalidad derivada de la pandemia, y a sí mismo, que los medios de comunicación de masas han sido elementales para esta nueva interacción, donde los diferentes sistemas que hay dentro de las sociedades los incorporan y el individuo es obligado a cambiar aspectos de comportamientos y acciones que desempeñaba en su día cotidiano, antes del confinamiento.

Por tal motivo, partimos de algunas teorías tomadas de un enfoque sistémico para la comprensión de los fenómenos presentado anteriormente, dando una pauta a entender y encaminarnos a comprender, cómo los individuos conviven entre sí, recordemos que el enfoque

sistémico menciona que los objetos o fenómenos no están aislados sino que tiene que verse como un todo, no es la suma de elementos, sino un conjunto de elementos que están en interacción de forma integral, que produce nuevas cualidades (Bertalanffy, 1996).

Cómo está formado por un todo, todos los elementos, son elementales que sirven para poder llegar a un fin común, estos sistemas están en constante uso dentro de nuestra sociedad, los cuales, no los vemos, pero formamos parte de un todo, como tal, tendremos que utilizar algunas teorías que se presentan a continuación.

1.4. Marco conceptual que sostiene el problema comunicativo y que orienta la investigación

Teoría general

Hay que señalar que nos respaldamos con la teoría de *La investigación de la comunicación de masas* de Wolf (2016) ya que nos dará un campo más amplio sobre el sistema mediático. Partiendo de ello, diremos que un sistema que se va incorporando por diferentes elementos, ya sea desde lo social o lo económico, donde da gran auge a la televisión, ya que nos muestra que la complejidad del sistema, está basado en los anuncios o publicidad que inunda este sistema, pero no solo es este sistema, porque está compuesto por las tendencias que son impuestas, se nos reitera, que una parte es por el gusto del receptor y otra por la parte de los que proporcionan el dinero.

En este sistema, se busca que sea todo sea funcional, ya que se muestra como un conjunto que se alimenta a sí mismo, por todas las partes que lo componen; ya sea el canal que lo transmite, la audiencia y la aportación económica, en esta parte, se menciona que se va determinando el orden social que existe hoy en nuestros días, se habla del contenido que se maneja en la televisión, sí es decir; desde lo sexual, la violencia o música que hoy en día es transmitida, dejando a un lado, contenidos, que no son tan rentables para la televisión. Tenemos que recordar lo que se menciona en Wolf (2016: 34): “El debilitamiento de los vínculos tradicionales de familia, de comunidad, de asociaciones profesionales, de religión, etc. contribuye, por su parte, a debilitar el tejido conectivo de la sociedad y a preparar las condiciones para el aislamiento y la alienación de las masas”.

Hay que recordar, que se nos indica, que los gobiernos utilizan estos medios de masas, para poder controlar el flujo de la información y especialmente buscar modelar la opinión pública, o simplemente para hacer representaciones de lo colectivo, dejando en una línea que quieren que sigamos y que es enseñada por estos medios de masa.

Esto nos ayudó a entender la complejidad del sistema y cómo es adoptado por las personas, para poder tener un desarrollo amplio, sobre los aspectos que surjan en su vida cotidiana. Es importante tener presente que el individuo está envuelto en un sistema, donde tiene un rol principal, siendo que tiene y debe cumplir con el rol, sea cual sea el rol, en los diferentes sistemas en los que se desenvuelve, para esto consideramos lo que se dice en la Teoría General de Sistemas, sobre que un organismo es un sistema abierto y que están en constante intercambio con su entorno, un sistema es un conjunto que tiene elementos que se relacionan con un objetivo en común (Bertalanffy, 1996).

Aunque este objetivo, sea el mismo, podemos ver que el capital simbólico, es diferente ya que la obtención de este capital es sólo una muestra del capital que se puede adquirir, por cada individuo, dependiendo el estatus o el rol que tenga dentro del mismo sistema, en el que se desenvuelven.

Es elemental que, para poder tener una visión más amplia del sistema, tenemos que visualizarnos, como parte del sistema en el que todos nos encontramos, por lo tanto, es algo que no lo podemos ver, pero en conjunto somos participantes de este gran sistema, que por supuesto, tiene reglas y condiciones las cuales, les puede otorgar a los individuos diferentes aspectos, tanto en lo individual como en lo colectivo.

Estos sistemas de reglas son adquiridos de manera fácil, las personas lo aceptaron, siendo impuesto desde que uno nace, y recordemos, que se nos educa de una manera en la cual podamos entender las diferentes dinámicas que el sistema nos proporciona.

Por lo tanto, nos desarrollamos dentro de los diferentes núcleos que existen, dentro de este sistema tan complejo, que, a su vez, tiene sistemas dentro del mismo sistema, que buscan o tienen uno o más objetivos en común, los cuales los potencializa, el sistema en búsqueda de lo que se quiere obtener

Tenemos que mencionar que estos sistemas están compuestos, por los diferentes individuos, los cuales son previamente educados para que puedan entrar en estos sistemas y poder obtener sus beneficios propios, no olvidemos que todos los sistemas tienen su función principal, la interacción que tiene los individuos entre sí, esto hace que se identifique y que pueda buscar los diferentes objetivos deseados

Ahora bien, podemos ver que los sistemas están compuestos de medios de comunicación de masa, los cuales no solo comunican o entretenimiento, sino que también, se encuentran en un

proceso de condicionamientos para la misma masa. Los medios de comunicación de masas, son muy importantes en estos días para las grandes sociedades, ya que, ellas son las encargadas de determinar algunos aspectos que pueden replicarse dentro de las sociedades.

Como tal, los medios de masas juegan un papel muy importante en nuestro día a día y más con los acontecimientos que se están viviendo, ya que los objetos, se convierten en referentes de búsquedas de información por parte de las personas, los cuales ya incluyen una parte de credibilidad por parte de los individuos. Como tal ellos se encargarán de cierta manera de tener un control de la situación, ya que condiciona el actuar de las personas, por tal motivo buscaremos respaldarnos en otra teoría para poder entender el fenómeno que se está viviendo y las reacciones que se tiene por parte de las sociedades de masas.

Teorías y conceptos particulares

En este apartado se describen los conceptos específicos que tienen que ver con las posibles consecuencias de un uso desmedido o no limitado de los Smartphone en el contexto de pos pandemia entre jóvenes, y que de acuerdo a los autores pueden usarse para describir ese uso en semejanza con una adicción incluso de psicotrópicos, pues puede compartir características como posibles consecuencias como la dependencia y los efectos psicológicos que se presentan, particularmente la adicciones conductuales.

Las adicciones

Las diferentes drogas que hay en el mercado son variadas y como tal se convierten en un problema social y de salud, ya que no sólo dañan a los consumidores si no al tejido social. Los solventes inhalables propician una alta dependencia, pero también tenemos otro tipo de drogas como farmacodependencia convirtiéndose en un vicio. El abuso o uso indebido de estas sustancias a los individuos, les ha hecho perder su sentido común, se dice que los adictos son aquellas personas que dependen de sustancias psicoactivas como el alcohol, la mariguana, la cocaína o los solvente, inhalables, entre otros.

El abuso constante de diferentes sustancias que son ajenas al cuerpo, produce una dependencia, en los diferentes usuarios, aunque la sustancia cambie, el proceso del uso va en aumento, hasta llegar a un punto donde las personas son dependientes, y aplican más de una sustancias, no olvidemos que, las adicciones se caracterizan por una modificación del comportamiento y otras

reacciones que siempre obedecen a un impulso irreprimible por consumir el fármaco en forma continua o periódica (Takahashi, 1999).

Los individuos comienzan a experimentar cambios en su comportamiento, en sus núcleos sociales, esto es relevante, ya que el individuo está centrado en su objetivo que es encontrar y saciar su necesidad, ya formado por un fármaco o sustancia, donde hay una necesidad de cubrir el vacío que es producido por su codependencia, aun así, en 1965. La Organización Mundial de la Salud (OMS) adoptó la palabra farmacodependencia, para delimitar el campo de estudio del fenómeno.

Recordemos, que las diferentes adicciones que se encuentran sumergidas dentro de la sociedad no necesariamente tienen una sustancia o fármaco, ya que podemos encontrar diferentes adicciones como la ninfomanía, ortorexia, cleptomanía, la ludopatía o vigorexia, sin olvidar que las adicciones se dividen, entre apartados como la adicción de conducta: al juego, sexo, trabajo, Internet, etc. Adicciones de ingestión (química): alcohol, nicotina, cocaína, marihuana, etc., adicciones de ingestión (comida) anorexia, bulimia, comedor compulsivo (Rodríguez, 2019).

Ahora bien, este proceso en el que se encuentra la investigación, tenemos que reflejar el desarrollo de adicciones que manejan los usuarios a estas herramientas electrónicas, las adicciones que presentan van de la mano, como si consumieran algo, para esto nos respaldamos del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) (2014). Si bien nos menciona que las categorías de abuso de sustancias y dependencia de sustancias se han eliminado y se han sustituido por una categoría global nueva, de trastornos por consumo de sustancias.

Teniendo una reacción amplia sobre su cuerpo en cada sustancia que cada individuo consume sea cual sea la sustancia, esto conlleva a un camino de adicciones y dependencias por diferentes hábitos o sustancias que se estén usando, se nos enseña un proceso de diagnóstico, el cual va dependiendo las diferentes acciones a las que se esté enfrentando cada médico para el diagnóstico exacto, se nos menciona en el estudio; que las definiciones de los trastornos que constituyen el núcleo operativo, de los criterios para diagnósticos, son la base del DSM-5 a efectos clínicos y de investigación, pasando por un proceso de evaluación para delimitar qué trastornos se están enfrentando.

Sin dejar atrás, estos aspectos, tenemos que mencionar que se prioriza, que los aspectos que los individuos emplean, son importantes para determinar qué trastorno son los que manejan, ya que estos comportamientos que están asociados a la interacción que tienen los individuos con los núcleos sociales a los que estén expuestos, por tal motivo se tiene que ver, como un punto de partida, el cual determina el camino a seguir, para entender y comprender el surgimiento de los trastornos que maneja,

Por tal motivo se nos recalca que la evaluación diagnóstica debe, por tanto, considerar si las experiencias, los síntomas y los comportamientos del individuo, difieren de las normas socioculturales. Aun así, el uso de Internet puede suponer una gran adicción en estos tiempos, ha invadido diferentes aspectos tanto técnicos, como sociales de nuestra vida, por tal, el uso de dichas herramientas electrónicas nos lleva a crear un hábito del cual podemos estar estancados, nos lleve a diferentes problemas tanto físicos, como mentales.

Justamente en esta adicción colocamos el problema que identificamos, para entender cuál es la relación que forma con el teléfono celular y ver los cambios de nuevas conductas. Cifras recientes indican que hubo un incremento en el uso del internet en México de 15.7% con respecto a 2017, lo que equivale a casi 7.2 millones de hogares INEGI (2022). Por su parte, la Asociación de Internet MX, presentó el Estudio Sobre los Hábitos de Personas Usuarias de Internet en México (2022) y menciona que, en el año 2021, se registraron 88.6 millones de hogares con acceso a internet (75.6 %) del total nacional.

Esto representa el 75.6% de la población de 6 años y más, resaltando qué la pandemia incentivo un uso de herramientas digitales, en escuelas y trabajos, siendo qué los usuarios tengan que hacer un gasto en promedio de \$401.7 pesos al mes. Cabe resaltar que el estudio menciona, que la herramienta de mayor uso en México es el Smartphone, se ha convertido en el principal punto de acceso a internet desplazando a las; computadoras, Smart Tv, tabletas y consolas de videojuegos, esta conexión, se reporta qué el 25.2% mencionan que se conecta a internet todo el día.

La pandemia estimuló las diferentes actividades que hay en línea, cumpliendo necesidades de educación, trabajo y entretenimiento, ya que los usuarios se respaldaron en estas herramientas durante la pandemia. Hoy en día, la utilización de dispositivos, que cuenten con una conexión a internet es muy común, la utilización de estos aparatos ha dado una puerta de comodidad entre los diferentes usuarios, y no solo en temas de trabajo o de escuela, ya que este sistema,

se amplía en los diferentes ámbitos, donde los individuos están inmersos, otorgando diversión, compras, entregas... etc. Los usuarios desde temprana edad, tienen una inmersión a este mundo digital aprenden y se adaptan a diferentes estructuras de comunicación, comportamiento e incluso de enamoramiento.

El estudio antes mencionado nos abre un camino de entendimiento sobre la actitud y las acciones que las personas comienzan a tomar de estas herramientas, y el uso que va creciendo, y como tal, se ha normalizado el uso de dichos aparatos, otorgándole un espacio en nuestro día, formando hábitos y actitudes que se desarrollan por el uso constante. Aun así, tenemos que ver los diferentes enfoques que determinan dicho concepto.

Por su parte, la investigación *Hábitos de Personas Usuarias de Internet en México* (2022) nos muestra un amplio panorama sobre el aumento de la utilización de dispositivos móviles, entendiendo el contexto en el que se encuentra, puesto que en el estudio se encontró, que a mediados de la pandemia, aumentó la utilización de herramientas electrónicas, moldeando y aplicando una convivencia diferente, totalmente aplicada a la utilización de Apps por Internet, separando la convivencia cara a cara, y sin olvidar el contexto social que se vivía, una pandemia que obligó a utilizar estos dispositivos, convirtiéndose en una alternativa de interacción entre los diferentes sectores sociales.

Pero para entender y tener un panorama más amplio, sobre el uso de dispositivos móviles, debemos tener presente que es un fenómeno social, donde se involucra cualquier individuo de cualquier clase social. El estudio sobre *Hábitos de Personas Usuarias de Internet en México* (2022) señala que las plataformas de películas y música por internet, muestran mayor crecimiento ante mayor inversión en oferta de contenidos, por otro lado, las redes sociales mostraron una adopción casi total entre los internautas mexicanos.

Donde la mensajería instantánea en línea, representa la mayor frecuencia con un promedio de 6.7 veces a la semana, y las redes sociales con mayor frecuencia, de un promedio de 6.5 veces a la semana, cabe distinguir, las personas usuarias muestran mayor predicción por los dispositivos inteligentes, para poder acceder a redes sociales, el smartphone tiene un uso del 93.1% en líneas móviles.

De acuerdo con el mismo estudio, más de la mitad de los internautas en el país, cuenta con al menos una plataforma de red social o de mensajería instantánea por línea, WhatsApp es la plataforma más conocida mientras Facebook, cuenta con un mayor reconocimiento como primera opción, y WhatsApp, Facebook y YouTube son las de mayor uso, aunque Facebook y Tik Tok, muestran el mayor crecimiento durante el año, acercando contenido multiplataforma para los diferentes usuarios, dando una gran baraja de opciones a los diferentes gusto de cada internauta, y posicionándose como una mejor opción en diferentes ámbitos, siendo una opción de fácil acceso y uso.

Dependencias

En esta parte de la investigación, tenemos que tener en cuenta, que las dependencias que manejan los diferentes sectores sociedades, va creciendo en diferentes aspectos, es decir que las dependencias viven en cada individuo en diferentes ámbitos, tenemos que tener en cuenta, que esta es una ruta para poder comprender y poder desarrollarnos dentro de las diferentes dependencias y adicciones en las que los diferentes grupos sociales se envuelven.

Justamente podemos ver que lo anterior es el camino ideal para visualizar, en donde nos encontramos, es decir, a partir de esta definición que normalmente se usa para las adicciones a sustancias tóxicas, encontramos de utilidad estas nociones para definir la relación de los jóvenes con el teléfono celular. La dependencia física viene, por diferentes deseos por la ingesta de diferentes sustancias, y se muestra por la aparición de síndromes acompañada de síntomas de malestar intenso y signos de alteración,

Esto provocado por la ingesta mínima o abstinencia, sobre alguna sustancia que se va consumido con regularidad, para entender esto, podemos recordar la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (2016) señala que el 47.9% de los encuestados tiene una dependencia psicológica moderada. Tomemos en consideración que las características del síndrome de abstinencia, surgen por dejar de consumir una sustancia tóxica, mostrando acciones diferentes, qué implica un estado en el que, a pesar de las consecuencias negativas, no se puede dejar de consumir,

Mientras que la primera fase de abstinencia, implica tanto física o psicológica, qué puede ir acompañada con un mayor nivel de grado, convirtiéndose en una adicción.

Las adicciones conductuales

A las diferentes adicciones a las que nos enfrentamos, valoremos el campo en el que nos sumergimos, ya que la crisis de las adicciones, entre en cada escalón de la sociedad es diferente, ya sea por sustancias, comportamientos o acciones convulsivas, las cuales nos entregan un momento de satisfacción, que es registrado en nuestro cerebro, transformando esto, en un hábito, que adoptamos para saciar nuestra necesidad.

Entender el tipo de adicciones que estudiamos, es primordial para comprender que una de las ramas de las adicciones a la que nos enfocamos, lleva por nombre, Adicciones Conductuales y son aquellas que no están relacionadas con la ingesta de sustancias aunque tiene los mismos síntomas y consecuencias parecidas; son caracterizadas por un intenso deseo y una necesidad irresistible de realizar determinadas actividades acompañado por la incapacidad de los sujetos para autorregularse, entre ellas se encuentra este tipo de adicciones que va muy de la mano a la pérdida de control, referente a una acción y la cual va encaminada a una pronta adicción, el proceso de adicción conlleva una alta vulnerabilidad psicológica, Anguiano, (2022).

Qué tipo de adicciones conductuales existen

- ★ -Videojuegos
- ★ -Internet
- ★ -Teléfono Móvil
- ★ -Compras
- ★ -Juego de Azar
- ★ -Sexo

La Nomofobia

En este camino de las diferentes adicciones a las que nos encontramos, algo que nos parece sumamente importante, para poder entender diferentes actitudes que toman las personas que usan o tiene un contexto más amplio, sobre la utilización de nuevas tecnologías, es el concepto de la Nomofobia; se plantea como un miedo a no estar conectado o no tener un dispositivo celular cerca, Este miedo puede manifestarse como ansiedad, agitación o incluso ataques de pánico y esto se relaciona con el aumento en el uso de los teléfonos celulares, ya que predispone a un comportamiento no verbal por parte de los individuos, limitando la interacción cara a cara con la otra persona y no tener contacto con el entorno que lo rodea.

Por ello, las personas que utilizan smartphones y presentan adicción se han relacionado con algunas patologías como: depresión, ansiedad, falta de atención y comportamiento agresivo. (Matoza-Báez, 2016). Tenemos que entender, que es un comportamiento que representa el miedo irracional al no estar conectado y estar sin un teléfono inteligente, los usuarios crean actitudes y hábitos que comienzan a determinar, por el uso constante que le dan, a estas herramientas electrónicas.

Desintoxicación

Ahora bien, en este apartado revisamos el proceso en el cual las personas jóvenes pueden estar envueltas en caso de una adicción y requieren de una intervención, la Desintoxicación.

El término se ha usado normalmente en el ámbito médico, y consiste en dejar a un lado el consumo excesivo de alguna sustancia, en la cual se encuentran envueltos los diferentes usuarios, la desintoxicación suele ser habitualmente un paso necesario, en el tratamiento del alcoholismo, sobre todo en programas que persiguen la abstinencia. Como tal se atiende la supresión controlada y brusca del consumo de alcohol, y con el apoyo de determinadas sustancias que facilitan la misma, evitando las sensaciones y síntomas de malestar que pudieran aparecer (Ochoa Mangado, 2009).

Se encuentran grandes beneficios que ayudan a los individuos y al mismo cuerpo, comienzan a expulsar grasas y toxinas que el mismo cuerpo no necesita, además que comienza a equilibrarse el sistema del cuerpo, trabajando de una manera óptima, pero también recordemos que existen diferentes aspectos de desintoxicación, dependiendo el consumo que se tenga de las diferentes sustancias. Se realiza un proceso de desintoxicación para los pacientes que sean determinados o que necesiten esta rehabilitación (Alonso Fernández, F., 2003).

Méndez (2017) señala que el ser humano se encuentra en diferentes núcleos para poder convivir dentro de la misma sociedad, como tal, está expuesta a diferentes sustancias, las cuales pueden llegar a convertirse en un problema de salud, ya que los individuos se confrontan a convertir una adicción moderada a fuerte, a diferentes sustancias o comportamientos, y al mismo tiempo encontramos que en esta etapa, el ser humano se encuentra dentro de una adicción,

En el año de 1965, la Organización Mundial de Salud (OMS) (1965) indicó que las adicciones son enfermedades cerebrales que son parecidas a trastornos neurológicos o psiquiátricos, reconocidas como la enfermedad de Alzheimer o la esquizofrenia, además la OMS, las equipara

a otras enfermedades crónicas, como la diabetes, la hipertensión arterial, el asma o el cáncer, aun así se nos menciona que la adicciones son una enfermedad en la que buscamos el bienestar mediante estímulos externos, como lo pueden ser algunas conductas o sustancias, esta patología afecta al individuo de manera que modifica su conducta y sufre del síndrome de abstinencia cuando no consigue el estímulo.

En ese panorama, podemos ver que uno de los problemas que ataca a las sociedades, es el uso en aumento de las nuevas tecnologías, este tipo de herramientas puede afectar diferentes actividades tanto laborales, escolares como sociales. En este punto, podemos encontrar los argumentos para definir la necesidad de un proceso de desintoxicación digital.

Desintoxicación Digital

El término desintoxicación digital se ha popularizado con el transcurso de los últimos años, mediante una organización llama Digital Detox, tal movimiento empezó en Estados Unidos en los años 2012, y uno de sus principales actores, es Levi Felix, término que refiere a una desconexión tanto de redes sociales como herramientas digitales, que se han adaptado a la vida cotidiana de las personas. Almazán (2019: 34) señala que "es una adicción tan invisible que cuesta trabajo reconocerla y aceptarla. Se llega a una dependencia de dichas herramientas digitales, y los individuos ignoran las diferentes secuelas que pueden llegar a experimentar, como el sobrepeso, secuelas emocionales, como ansiedad depresión aislamiento social, y esto lleva por estar ausente en un espacio físico, lo cual se trasladó de un lugar físico a un lugar virtual".

Es de resaltar que la mayor afectación es la que lleva el cerebro, lo cual provoca que las conexiones cerebrales no trabajen de una manera correcta. Según Almazán (2019: 35) "Las adicciones a las tecnologías de información y comunicación favorecen la pérdida de memoria a largo y corto plazo, y el aprendizaje es cada vez más superficial pues únicamente recordamos encabezados y estamos perdiendo profundidad y capacidad de crítica, sólo reproducimos lo que otros publican sin generar nada nuevo".

No obstante, este proceso es demasiado difícil para los diferentes usuarios, ya que sus hábitos se ven comprometidos, y sus actitudes se verán reguladas, por el uso de las nuevas tecnologías a las que está expuestos, esto acompañado por el sin fin de información, que es recibido por el usuario, es decir la infoxicación, es esta fase, en el exceso de información que recibimos a

diario, desde el Internet, por medio de los dispositivos móviles, aplicando su energía y tiempo en esta actividad.

Las diferentes redes sociales cuentan con un gran número de visitas, durante el día y la noche, donde los usuarios aplican horas de navegación en este tipo de herramientas, por ello en el transcurso de la investigación, hemos tomado una camino más amplio, sobre el uso en aumento de las herramientas electrónicas, que han provocado que los individuos, dejen de tener interacción directa con sus núcleos más cercanos, ya que estas herramientas, han generado un proceso de interfase de información más rápida, la cual comunica a mayor número de personas, en menor tiempo, pero ha provocado el distanciamiento social, aun así, esto ha podido aportar grandes avances en diferentes sectores sociales.

El Internet y los diferentes dispositivos que permiten una conexión a estos sitios, ha dado una apertura a la información más amplia a diferentes ámbitos, siendo libre y de acceso a todas las personas que poseen una herramienta electrónica. El uso desmedido, puede provocar diferentes lesiones entre los internautas, para Manuel Castells (2011) el concepto de sociedad red, es un ámbito en constante transformación, que incide a la vez que se retroalimenta, de cambios en percepciones, actitudes y comportamientos cotidianos, convirtiendo a los individuos.

Esto se tiene que reiterar de manera positiva, ya que la información está dentro de las mismas sociedades, tiene una serie de intercambio de información, que es más rápido y de acceso a todos. Esta nueva información puede dar nuevos pensamientos, en estas nuevas redes, que desencadena cambios en los modelos de organización, y se va interiorizando dentro de los núcleos sociales, dando un cambio en la estructura de la información.

1.5. Delimitación de la problemática en relación con el tiempo-espacio-sujetos.

Durante el transcurso de los años, las instituciones académicas han sido un espacio de pensamiento y discusión de ideas, como tal, las escuelas han albergado a un sin fin de estudiantes, donde las puertas se encuentran abiertas a todos, sin olvidar que es uno de nuestros primeros núcleos sociales en los que interactuamos, donde se comienza a incorporar aspectos que sólo la interacción nos da, pero hoy en día, la utilización de un celular ha comenzado a convertirse en algo habitual.

En México hay 35.3 millones de jóvenes entre 12 y 29 años que utilizan Internet, según datos de la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnología de la Información en los

Hogares (ENDUTIH, 2021) y en México 9 de cada 10 jóvenes tiene acceso a un teléfono celular.

- Macrosocial: Internacional, nacional, regional o local.

-El número de suscriptores de teléfonos inteligentes a nivel mundial supera a los 7.700 millones en 2023 y se prevé que siga creciendo de forma paulatina durante los próximos años en China, India y Estados Unidos son los tres países con mayor cifra de usuarios de smartphone del planeta, superando todos ellos la barrera de los 100 millones (Fernández, 2024).

- Microsocial: Local, delegación, barrio, colonia.

-Una encuesta realizada, entre el 15 y el 30 de junio del año 2022, la encuesta ha sido creada por Hellesafe, <https://hellosafe.com.mx/telecom/telefonía-movil/estudio-addicion-celular>, En la que participaron 520 personas en México, y cuyo objetivo fue cuestionar la relación con el teléfono móvil, muestra que el 26.9% de los encuestados, reconocen una adicción al celular, mientras que 24.2% dicen pasar más de 5 horas al día frente a él, a su vez, el 27% de los sujetos de 16 a 25 años dice no poder vivir sin su teléfono celular.

Esto lo podemos ver con claridad en el ciclo escolar que comprende 2021-2022, aun así el acceso de las nuevas tecnologías ha cobrado gran relevancia en los hogares. La demanda creció debido a las condiciones de la pandemia y los requerimientos de educación a distancia. Del total de la población de 3 a 29 años inscrita en el ciclo escolar 2021-2022, 95.6% contó en su vivienda con celular inteligente; 77.5 %, con televisión digital; 50.9 %, con computadora y 22.7 %, con tableta. (INEGI, 2022).

-En 28.6% de las viviendas con población de 3 a 29 años inscrita, se hizo un gasto adicional para comprar teléfonos inteligentes, en 26.4% para contratar servicio de internet fijo y en 20.9% para adquirir mobiliario como sillas, mesas, escritorios o adecuar espacio para el estudio³.

³ INEGI presenta resultados de la Encuesta para la Medición del Impacto Covid 19 en la Educación (ECOVIED, 2020)

1.6. Preguntas de investigación desde el problema comunicativo.

¿Cuáles son los nuevos procesos de comunicación, que desarrollan las y los estudiantes del IEMS Salvador Allende en el contexto de pos pandemia?

¿Existen procesos de adicción en el uso de los smartphones entre las y los estudiantes del IEMS Salvador Allende en el contexto de pos pandemia?

¿Es necesario un proceso de desintoxicación digital entre las y los estudiantes del IEMS Salvador Allende en el contexto de Post Pandemia por el uso de los smartphones?

Y

¿Qué estrategias de comunicación pueden ser útiles para contribuir a la desintoxicación de jóvenes de 15 a 19 años con este tipo de conductas en el IEMS Salvador Allende de la Ciudad de México?

1.7. Sustento teórico desde la comunicación.

Tenemos que mencionar, que la interacción es fundamental, para la conformación de actitudes, gustos o poder comprender las diferentes normas de comportamiento, en los diferentes lugares que nos desarrollamos, esto se forja mediante la interacción que tienen las personas en los diferentes núcleos en los que se desenvuelve, los gustos y actitudes son el reflejo de los núcleos en los que se desenvuelve cada individuo, como tal, también son formados mediante los grupos sociales, que se desarrolla cada persona, las diferentes culturas en las se desarrollan los individuos,

Podemos ver, que se modifica la manera de cómo se apropian de la información, y también ver las nuevas relaciones en las cuales, las diferentes sociedades se están agrupando, para esto, tendremos que retomar a uno de los autores, que nos han ayudado a llevar un hilo conductor, por el fondo de esta investigación, los símbolos están dentro de la sociedad y están en todos lados y sobre todo que están contruidos por las interacciones simbólicas, de las que Blumer (1982) plantea que las personas actúan en relación a las cosas a partir del significado, en nuestro caso, la importancia y el significado, que el uso del teléfono tiene para los jóvenes.

El significado de las cosas se define a partir de la interacción social, que puede relacionarse con ver que sus similares lo usan también, con mucha frecuencia y se convierte en algo necesario; y el contenido es trabajado y modificado a través de un proceso de traducción y

evaluación, que el individuo usa, cuando trabaja las cosas con las que se encuentra, que podría aplicarse a como el significado de interactuar entre los propios jóvenes, ahora se ha modificado la interacción, pasando del contexto presencial al virtual, limitándose a los demás.

Al darnos cuenta, vemos que la participación o el rol que tiene cada individuo, por el poder interactuar con alguien, que no cuente con aspectos con los que él cuenta. También la comunicación interpersonal, pone especial interés en los procesos de comunicación entre personas y al interior de los grupos, y la comunicación entre ellos, es vista como un conjunto de diálogos en búsqueda de una comunicación más eficaz.

CAPÍTULO 2. DIAGNÓSTICO

2.1 Antecedentes y contexto comunicativo del problema o nicho de oportunidad identificado

Pandemias en el mundo y medios de comunicación

En la vida diaria, los humanos estamos acostumbrados a poder interactuar de diferentes formas, pero esto gracias a los diferentes medios de comunicación que facilitan la comunicación y hace más accesible la comunicación para los diferentes sectores sociales, como la televisión, el cual hoy en día es un medio, el cual tiene una gran aceptación por parte de las audiencias pueden también provocar el sedentarismo que se asocia con múltiples enfermedades por la falta de actividad física.

Encinas F. J. (2010) menciona que la televisión es la tecnología que genera mayor percepción de problema en los menores en cuanto a posibles síntomas de adicciones, se constató que, genera conductas similares a las consideradas características en las adicciones y genera problemas de movilidad de agilidad y fragilidad en las personas, con esto las diferentes sociedades se han enfrentado a diferentes circunstancias durante el transcurso de los años y han tenido que implementar diferentes acciones para los retos nuevos que les pone la vida, si bien, las enfermedades nos acompañan en nuestro día,

Algunas más fuertes que otras, esto ha hecho que la medicina tenga diferentes alternativas para poder controlar o erradicar enfermedades. Así mismo se tiene acciones ante diferentes circunstancias, como tal, la pandemia nos muestra que el confinamiento, es algo que conoce el humano y que es utilizado para la contención y evitar mayor contagio entre los demás ciudadanos. Hoy en día en nuestro país podemos ver la gran relevancia, en la cual nos vemos envueltos, ya que en la pandemia, podemos ver diferentes aspectos donde la comunidad universitaria y el mundo han tenido que incorporarse gracias a un conocimiento previo.

Este tipo de pandemias cambia radicalmente las actividades cotidianas que podemos encontrar en cualquier sociedad, como tal podemos ver la alteración en las actividades de nuestros tiempos, ya que hoy en día tenemos una pandemia, por un nuevo coronavirus llamado, SARS-Cov-2 y la enfermedad que causa es COVID-19, para esto, las sociedades tuvimos que tomar la cautela del confinamiento, pero, ¿qué pasa con las actividades como las escolares?

Cambiaron las rutinas de clases presenciales a clases en línea, como lo observamos en el campus Cuauhtémoc de la UACM y no solo en este plantel, sino a nivel mundial, donde se optó

por esta modalidad que las herramientas otorgan, donde se basaron es una aplicación “APP” otorgada por Google, llamada Classroom, y se generaron caminos de enseñanza, más versátiles, tanto a los maestros como a los estudiantes y que han sido de gran ayuda, aunque se tiene diferentes opiniones por la manera de la enseñanza, como tal las clases también se toman por ZOOM o MEET aplicaciones que nos dan la oportunidad de integrarnos en grupos y poder tomar clases.

Si bien, las pandemias han tenido diferentes impactos en las sociedades que experimentan estas enfermedades, como tal hay que recordar que las epidemias más fuertes, como la peste negra que azotó a Europa, entre los años de 1346 y 1347, donde no se tiene un dato cierto del número de muertos que recogió esta pandemia (Cabrillana, 1968). Por otra parte, hay que recordar que la pandemia de la viruela, también ya había llegado a nuestro país, en el tiempo de los aztecas donde casi la mitad de la población la padece, en el año 1519 esta pandemia hizo que colapsara el imperio azteca, esto se dio posteriormente de la entrada de los españoles al continente latinoamericano (Coto, 2002).

Otro claro ejemplo que se puede exponer, es la pandemia del cólera, es una enfermedad que es conocida como enfermedad infecto contagiosa, es un cuadro de diarrea causadas por algunas enzimas de la bacteria *vibrio cholerae*, la cual explotó en los años 1820 en los países de Asia como Tailandia, Indonesia y Filipinas, en la cual se tiene un registro de muertes de 100,000 muertos debido a esa bacteria, se dice que la pandemia comenzó, con personas que bebieron agua de los lagos contaminados con esta bacteria (Cerde J. Valdivia, G., 2007).

Ahora cómo podemos ver, las diferentes contingencias que han azotado al mundo, se ha tenido que incorporar diferentes estrategias para la continuidad de la vida, otorgando diferentes modelos educativos, los cuales se han implementado alrededor del mundo. Hoy en día, la característica de estas clases, son de tipo videollamadas, donde todos los integrantes se conectan a una sala virtual, en la cual su micrófono y su cámara son herramientas que les dan la oportunidad de interactuar con los diferentes participantes, tomando en cuenta que los diferentes participantes o alumnos se encuentran en diferentes ubicaciones, dentro y fuera de las ciudades.

Por otra parte, para poder dar un contexto más actual, podemos ver el PROYECTO “COVID-2019 Efectos del confinamiento por la pandemia COVID-2020 sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje en los niveles básico y medio en el Estado de Puebla (Solovieva y Quintanar, 2020). En el cual los cambios inesperados y drásticos que se viven actualmente en el mundo,

en relación con la pandemia COVID-2019, que afectaron de manera particular al sistema educativo en todos sus niveles, no hay que olvidar que 2021 la Secretaría de Educación Pública dio a conocer en su portal web que el número de estudiantes que cursan la primaria en nuestro país es de 13, 920,602 estudiantes, los cuales se tiene registrados en el año en curso,

Posteriormente el número de estudiantes, que se tiene registro para la educación secundaria es de 6, 439, 072, también del año en curso. En este sentido el desarrollo de las nuevas tecnologías ha revelado, la utilización de dichos instrumentos dentro de internet, como anteriormente se ha mencionado, las conexiones a internet ha tenido un aumento exponencial en diferentes sectores de la sociedad, para entender este fenómeno, tenemos que relacionarnos con los estilos de hábitos que los individuos, maneja mediante su tiempo de conexión, cuales son limitantes y cuáles son los temas que ven y cuales les proporcionan mayor tiempo de visualización.

Actualmente, el acceso a internet ha tenido una evolución muy importante dentro de las diferentes actividades, para esto, tenemos que ver el *Estudio sobre los Hábitos de Personas Usuaris de Internet en México del 2022*, el cual nos encasilla las diferentes plataformas a las que los individuos tiene acceso y cual otras dejan de entrar en el desagrado de los internautas, podemos destacar que en el año 2021 se cuenta con 88.6 millones de internautas en México, esto nos muestra una representación 75.6% de la población de 6 años o más que son usuarios constantes.

En relación con los primeros datos, son la muestra de las personas que cuentan con una conexión estable, lo que los lleva a tener un gasto aproximado de 410 pesos mensuales, se tiene que resaltar que la conexión es mayor mente por dispositivos móviles que por computadoras, como lo establece el estudio del 2022, *Sobre los Hábitos de Personas Usuaris de Internet en México del 2022*, como tal los hábitos de los usuarios varían, ya que se muestra que no se tiene un día en específico.

Aunque el propio estudio nos refleja una 58.8% se conectan, en mayor medida los fines de semana y un rango más bajo se conecta entre semana, 41.2% cuenta con mayor conexión entre semana, siendo lunes el día más importante (13.8%), esto relevante a los días tanto laborales como la apertura de las clases, mostrando un mayor uso este día, y las diferentes actividades que realizan los usuarios varían. No obstante, el medio de conexión y el uso es intermitente por los usuarios, ya que se menciona una gran gama de actividades, donde el entretenimiento y las compras en línea son las de mayor uso, poniendo en estas aplicaciones como las más usadas, dando una nueva de alternativa para los usuarios.

Siendo más cómodo, he incluso más seguro, estas herramientas brindan una nueva forma segura y de libre acceso a cualquier persona que cuente con un dispositivo móvil. Algunos estudios ponen en tela de juicio, si los nuevos medios de comunicación pueden y tienen que llegar a tener un uso beneficioso para los usuarios.

La Asociación Psiquiátrica Americana (APA), la más grande del mundo con 37 400 médicas y médicos, miembros que se especializan en el diagnóstico, el tratamiento, la prevención y la investigación de las enfermedades mentales; nos muestra que el uso del teléfono inteligente se puede equiparar a una adicción y que está en detrimento de las relaciones interpersonales, donde la copresencialidad de los individuos, nos permite comprender el significado exacto del concepto de comunicación. Aun así, se maneja como un trastorno o como una adicción que va creciendo en diferentes niveles de la sociedad,

Por lo tanto hay una participación más activa por parte de los usuarios, a este tipo de herramientas, donde se proporcionan diferentes aspectos para la interacción con las personas, dando un sentido atractivo a nuevos usuarios a incorporarse dentro de este nuevo núcleo digital, tomando en cuenta que la participación cada vez es de más jóvenes e incluso niños, que ya cuentan y entienden las reglas que se emplea para la navegación, dentro de estos sitios virtuales, creando un hábito a estas herramientas desde temprana edad, y esto no es regulado por los padres o los tutores de los niños que se incorporan poco a poco a esta nueva manera de interactuar,

Sin reforzar la interacción física a la que se tendría que estar exponiendo, ya que se opta por que los menores tengan una interacción más fácil y segura por parte de los tutores de los menores.

2.1.2 Estado de la Cuestión

En el siguiente apartado, alcanzaremos una mirada más amplia sobre la situación a la que nos enfrentamos, entenderemos diversos enfoques, desde diferentes situaciones sociales, gracias a la ayuda de múltiples investigaciones, tomando como partida el uso constante de teléfonos smartphone, las siguientes publicaciones que se consultaron, se podrán encontrar un fragmento sobre el contenido de cada investigación, seguido de su año de publicación y también la Universidad o revisa que pública.

Esto pudo extender la perspectiva de la investigación y encaminarla a buenos puertos, tenemos que resaltar que cada investigación consultada, se enfoca en el espacio temporal qué cada

sociedad está viviendo y entender las carencias o virtudes, qué poseen las y los diferentes usuarios, qué se encuentran sumergidos en el uso, qué va en un aumento exponencial, en el consumo de nuevas tecnologías de comunicación.

En esta parte de la búsqueda, la información radica, principalmente en la biblioteca que se encuentra en la UACM Cuauhtémoc, aun así, se tomó otras herramientas de búsqueda y en otros sitios, tanto física como digitales. Se visitaron diferentes sitios como la Biblioteca Vasconcelos, en donde nos proporciona diversas fuentes que fueron de suma importancia en nuestra búsqueda, pero también se visitó lugares virtuales como páginas de internet, revistas o páginas especializadas en comunicación, donde dimos grandes saltos a diferentes universidades, gracias a la conexión de internet y de las diferentes universidades en las que se indaga por su base de datos.

La búsqueda se planteó en un aproximado de 3 a 6 meses, donde el mes de noviembre del 2022 fue el inicio de la búsqueda y mayo del 2023 quedó como la recta final de la búsqueda en el que se encontró una diversidad de información muy importante, de esta manera podremos ver diferentes aportes de diferentes autores en diferentes contextos sociales. Así encontramos a el Autor: Nobles, D., Londoño, L., Martínez, S., Ramos, A., Santa, G., & Cotes, A. Año: 2016. *Universidad Cooperativa de Colombia, Sede Montería* Título: *Tecnologías de la Comunicación y Relaciones Interpersonales en jóvenes universitarios*.

El autor estudia el impacto de las Tecnologías de la Comunicación (TICS) en las relaciones interpersonales de estudiantes de dos universidades en la ciudad de Montería, Colombia. La muestra fue conformada por 130 universitarios. En su concreción, se utilizó el enfoque cuantitativo de investigación con diseño descriptivo, y la encuesta como técnica de recogida de datos. El estudio mostró que el 98,5 % de los universitarios poseen teléfono móvil y acceso a la Internet, como tecnologías de comunicación predominante; asimismo, los jóvenes afirmaron que sus relaciones sociales cambiaron a causa de las redes sociales y una minoría prefiere la comunicación cara a cara. También se observa la relación entre tecnología y la presencia de síntomas de malestar psicológico como ansiedad, irritabilidad, desesperación y estrés.

Ahora podemos ver un diferente enfoque donde se relaciona al internet con la comunicación social, así como nos menciona el Autor: Moral, F. Año: 2009, *Revista Científica de Comunicación y Educación* Título: *“Internet como marco de comunicación e interacción social.”* En este trabajo el autor se enfoca en las interacciones sociales en Internet, a partir de

las respuestas de un cuestionario on-line. Se analizan las características sociodemográficas, los hábitos y las relaciones de estos usuarios en la Red. Internet se manifiesta como un espacio de interacción social.

En el que las relaciones personales han tenido lugar en una gran mayoría de usuarios. Estas relaciones se muestran, en algunos aspectos, de forma diferente a las que tienen lugar cara a cara. Asimismo la motivación y las consecuencias de mantener relaciones personales, reflejan resultados diferentes con relación al sexo y al estado civil de los internautas, tomando como referencia pudimos encontrar un estudio donde se enfatiza la atribución del teléfono celular dentro de núcleo en la ciudad de México, es como nos menciona el Autor: Almanza Beltrán Verónica y Rodríguez Ramírez Ignacio Año: 2011, Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) Título: *“Uso, consumo y apropiación del teléfono celular en un contexto urbano (Distrito Federal)”*.

En este estudio los autores presentan, parte de los resultados de un estudio exploratorio transversal, realizado con la técnica de encuesta durante el mes de mayo de 2011, sobre el uso, consumo y apropiación del teléfono celular. Los resultados expresan el acercamiento a una realidad tecnológica, social y cultural, pero también provocan una reflexión sobre el estado que guarda la telefonía celular en México. Frente a la búsqueda de información, encontramos una perspectiva que va enfocada con las y los jóvenes.

Donde encontramos grandes aportes que nos ayudaron como línea de investigación, que aplicamos a nuestra investigación la Autora: Ruelas Ana Luz Año: 2014, de la Universidad Autónoma de Sinaloa, México con el Título: *“El teléfono celular y los jóvenes sinaloenses. Adopción, usos y adaptaciones”* En este artículo la autora nos menciona que se discuten los usos y adopciones del teléfono celular por los jóvenes de Culiacán, Sinaloa, a partir de los resultados de una encuesta aplicada en mayo de 2009, que permite afirmar, la existencia de formas diferenciadas de adopción, que dependen no solo de la brecha generacional, sino fundamentalmente de la brecha económica.

Para que nosotros tuviéramos una perspectiva más amplia sobre el campo en el que nos involucramos, visitamos una investigación donde la autora: Yarto Wong María del Consuelo. Año: 2011. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey Campus Monterrey con el Título: *“Nuevas funciones y usos simbólicos del teléfono celular entre los jóvenes”*. Al margen de los usos instrumentales para comunicarse con otros y obtener información que facilite la realización de actividades cotidianas, el teléfono celular aparece fuertemente

asociado a nuevas funciones y sentidos relacionados con aspectos de seguridad, vigilancia, autonomía y estatus.

A partir de 160 entrevistas, en una encuesta y seis grupos de discusión entre hombres y mujeres jóvenes, se exploran los usos simbólicos del aparato y la manera como éste promueve nuevas formas de interacción y de construcción de la identidad personal. Los hallazgos sugieren, diferencias fundamentales a partir del nivel socioeconómico de los usuarios. También nuestras miradas estuvieron enfocadas en la investigación de la autora: Winocur Rosalía. Año: 2009, de la Universidad Autónoma Metropolitana-Cuajimalpa con el Título: *“Robinson Crusoe ya tiene celular”*

Este es un libro que trata acerca de la relación de la gente común y corriente con la computadora, Internet y el teléfono celular en la vida cotidiana, para lo cual asume que dichas tecnologías están presentes en el imaginario de todos los grupos sociales –independientemente de que tengan acceso a ellas o no, y al margen de que hagan un uso elemental o sofisticado de las mismas. Simplemente porque ven televisión o escuchan la radio, pagan sus cuentas en un banco o hacen trámites en las oficinas públicas, tienen un hijo en la escuela o un pariente viviendo del otro lado de la frontera o del océano.

En esta sección encontramos, una investigación donde se enfatiza la utilización de las nuevas tecnologías como; el teléfono smartphone, la autora: Yarto Wong Consuelo, donde la investigación salió en el Año: 2010, de la Universidad: DECS Universidad de Guadalajara con el Título: *"Limitaciones y alcances del enfoque de domesticación de la tecnología en el estudio del teléfono celular"*.

El trabajo se propone, examinar la utilidad del enfoque de domesticación aplicado al estudio de las tecnologías móviles de comunicación, en general, el teléfono celular, en particular. Con base en la revisión de la literatura, se presentan los antecedentes teóricos, se definen los conceptos relacionados con el proceso de domesticación, y se profundiza en algunos supuestos básicos del mismo. Se discuten las posibilidades y limitaciones del enfoque en el estudio del celular, y se señala la necesidad de “purificar” el concepto de domesticación para ampliar la perspectiva de análisis e incluir los procesos de uso y apropiación fuera del ámbito doméstico.

Aquí podremos ver una perspectiva diferente en la utilización de teléfonos inteligentes, dentro de los diferentes núcleos sociales, y es abordado por la Autora: Magda Juránková del Año: 2009, de la Universidad de Carlos en Praga con el título: *El perfil comunicativo de los huicholes que viven en la ciudad*, En este artículo, el autor analiza el perfil comunicativo de los huicholes

que viven en la ciudad, poniendo énfasis, en el uso que le dan a los celulares. La manera en que usan los celulares es moderada por razones económicas y culturales. Les sirve para ser ubicables, para poder comunicarse con sus familiares en la sierra y, a su vez, porque el mundo occidental en el que se mueven (estudios, trabajo), lo exige.

Los huicholes se sienten satisfechos con las funciones básicas que tienen sus celulares. No investigan todas las posibilidades de este medio, ni se interesan por las innovaciones, pero no están dispuestos a comunicarse a cada paso que tienen. Les gusta la convergencia de las tecnologías en el celular, pero ellos mismos dicen que no hay que exagerar.

Recordemos que también la dinámica con la utilización de teléfonos celulares pide que cambien aspectos dentro de los núcleos sociales, como es abordado por la Autora: Mondragón García Verónica Año: 2011, de la Universidad Nacional Autónoma de México con el Título: *Dinámica comunicativa familiar hic et nunc: las revelaciones familiares urbanas a través del teléfono celular. Un estudio exploratorio sobre tres casos en la ciudad de México*. La autora nos menciona, que la era de los medios de comunicación colectiva (Mass Media) ha transitado a la de redes sociales a través de la tecnología aplicada a la comunicación personalizada (Self Media).

La principal inquietud al respecto, como estudiosos del proceso comunicativo fue preguntarnos: ¿qué implicaciones de fondo tiene este cambio radical en la forma de entender no sólo el medio de comunicación —de colectivo a personal—, sino los principales participantes del proceso comunicativo, sobre todo en su dinámica de relación o vínculo de forma integral, sistémica y holística, para entender la situación en la que nos estamos envolviendo.

Nos respaldamos en esta investigación realizada por la autora: Gaspar Herrero, Sandra en el Año: 2011, de la Universidad Complutense de Madrid con el Título: *Bases psicosociales del uso del smartphone en jóvenes: un análisis motivacional y cross-cultural* la autora, nos menciona que el Smartphone se ha convertido en una de las tecnologías más empleadas por los jóvenes, según los datos del informe *La Sociedad de la Información en España* en 2014.

España es el país con mayor penetración de uso de smartphone en Europa, el objetivo principal de este trabajo de investigación fue establecer los patrones y motivos de uso del Smartphone en relación con los rasgos de personalidad de los usuarios jóvenes de estos dispositivos, con el objetivo de comprender adecuadamente las bases psicosociales de esta conducta adictiva. Para ello se intentaron establecer diversas tipologías de adicción y uso para poder desarrollar en un

futuro un cuestionario tipo screening que pudiera ser repartido en los centros de salud de atención primaria entre los adolescentes.

De esta forma, se analizó en primera instancia qué son las adicciones de forma genérica, se estudian los síntomas y criterios diagnósticos de las mismas recogidos en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM). Teniendo una perspectiva un poco más amplia, se visualizaron las gratificaciones que tiene los individuos por el uso de teléfonos móviles, como tal retomamos la investigación de la Autora: Gutiérrez Rentería María Elena Santana Villegas Josefina C. y Pérez Ayala Martha en el Año: 2017, de la Universidad Panamericana Título: *"Usos y gratificaciones de los jóvenes en México en 2015"*.

Esta investigación forma parte de un estudio realizado entre Chile, los Estados Unidos y México, para identificar los usos que los jóvenes hispanos les dan a sus teléfonos inteligentes conocidos como "Smartphones". El objetivo del estudio es identificar los hábitos de consumo, las preferencias de este medio respecto de otros, así como las principales actividades que realizan los jóvenes mexicanos a través de su teléfono celular. El método de investigación que guía el estudio es mixto, dado que se utilizan técnicas para obtener los resultados de forma cualitativa.

A través de encuestas focales, cuantitativas, y a través de encuestas en línea, los jóvenes de entre 18 y 25 años que estudian en una Universidad privada, en el área metropolitana de Guadalajara, mostraron que con las encuestas focales participaron 27 alumnos y se aplicaron 707 encuestas en línea, los resultados muestran, que el Smartphone ha puesto al alcance aplicaciones que satisfacen diversas necesidades de comunicación de forma instantánea; los jóvenes utilizan este dispositivo más de cinco horas diarias, siendo WhatsApp la red social más importante para comunicarse con su familia y amigos.

En este fragmento, podemos encontrar una línea de investigación sobre aspectos relacionados con la dependencia a los teléfonos smartphone, los autores: Rojas Solís José Luis, Alvidrez Salvador en el Año: 2016. Universidad de Monterrey y Benemérita Universidad Autónoma de Puebla con el Título: *"Los amantes en la época del smartphone: aspectos comunicativos y psicológicos relativos al inicio y mantenimiento de la relación romántica"* Para los autores, los teléfonos celulares inteligentes constituyen una parte importante, a veces indispensable, en múltiples dimensiones de la vida contemporánea de las personas.

Este trabajo tuvo como propósito fundamental analizar el uso de estos dispositivos, en el ámbito de las relaciones románticas. A partir de un enfoque sociodeterminista de las

tecnologías de la comunicación, se hace una revisión teórica de las motivaciones comunicativas y psicológicas, asociadas a los distintos patrones de uso del smartphone en las fases previa (por ejemplo, búsqueda de pareja a través de aplicaciones de micro-citas) y posterior al inicio de la relación.

Ahora podremos ver, la investigación que se relaciona con un antes y después en la utilización de teléfonos smartphone por los autores: Islas Octavio y Amaia Arribas en el Año: 2013. de la Universidad: UAM Cuajimalpa y Benemérita Universidad Autónoma de Puebla con el Título: *"Generación Einstein"* Los primeros 25 años de vida, de la *Revista Mexicana de Comunicación*, fundada en septiembre de 1988, fueron el marco idóneo para emprender el análisis de los 25 años de existencia de la llamada Generación Einstein. La formidable expansión de Internet en el mundo contemporáneo.

Particularmente el crecimiento observado en los años recientes a través de dispositivos móviles –tabletas y teléfonos inteligentes–, sin duda permite afirmar que Internet, el “medio de comunicación inteligente”, constituye un parteaguas histórico, debido a que establece un antes y un después en el desarrollo de la comunicación humana. Continuando con la investigación y la recolección de información encontramos a la Autora: Casas Pérez María de la Luz, año: 2013. Universidad: Tecnológico de Monterrey Campus Monterrey con el Título: *"Ciudades inteligentes y ambientes de comunicación digital"*

La autora nos menciona, que se viene trabajando desde hace, ya un par de décadas, pero únicamente desde el punto de vista tecnológico. Se considera “ciudad inteligente” a aquella ciudad que utiliza tecnologías de información y comunicación, no solamente para la transmisión de información que resulta consustancial para el funcionamiento de la ciudad y la convivencia armónica, sino también para el aprovechamiento de los recursos, físicos, materiales, humanos que permitan su auto sustentabilidad, pero sobre todo, que generen conocimiento.

Las ciudades digitales son, por tanto, ambientes en los que la inteligencia artificial predomina, el comportamiento y las necesidades, pero sobre todo en donde las prácticas sociales se transforman. Pudimos encontrar diferentes aspectos sobre el entorno en el que nos sumergimos con la autora: Mariscal Judith, Bonina Carla Marisa en el Año: 2018, de la Universidad: Centro de Investigación y Docencia Económica (CIDE) con el Título: *"Mobile Communication in Mexico: Policy and Popular Dimensions"*.

El autor recalca que ha experimentado un crecimiento inesperadamente rápido, y el acceso a los móviles está superando al acceso fijo. A mediados de la década de 1980, los móviles se consideraban un dispositivo de persona rica, pero hoy en día, los teléfonos móviles se están multiplicando entre los pobres, a menudo brindándoles su única fuente de acceso a las telecomunicaciones. Este capítulo examina los principales entornos de la situación de los teléfonos móviles en México, e informa sobre una encuesta instantánea, sobre el uso de dispositivos móviles realizada por jóvenes específicamente.

Para poder tener un campo más viable, nos respaldamos en la investigación de los autores: García Hernández Caridad, Pérez y Pérez Rafael Año: 2009. AMIC/ Universidad Autónoma de Nuevo León/ Facultad de Ciencias de la Comunicación con el título: *"Sistemas interactivos inteligentes en las ciencias sociales y de la comunicación"* En el texto el autor sitúa como eje de análisis a la categoría de "prosumidor", acuñada por Derrick De Kerkhove, para explorar la nueva gama de posibilidades y cambios que las tecnologías digitales han traído a la humanidad, en este caso, se explora la visión de creación conjunta en contextos multimediáticos e interactivos.

Basado en lo que se ha venido investigando, también el aspecto académico es muy importante en un panorama como el que se indaga, por la autora: Ávila Muñoz Patricia Año: 2001 en la Revista Científica de Comunicación y Educación con el título: *"Educación y nuevas tecnologías de la información y la comunicación en América Latina"*. Los apartados que se exponen en este artículo son: las nuevas tecnologías en el contexto educativo latinoamericano: (sistemas digitales, sistemas televisivos, sistemas informáticos, sistemas multimedia)

(En cada subapartado se presentan los proyectos educativos existentes de cada sistema) y nuevas tecnologías y aprendizajes, como se ha mencionó que un aspecto académico es de suma importancia en nuestra investigación ya que se retoma el impacto que tiene las y los estudiantes. En tanto, la autora: Baptista Lucio Pilar en el Año: 2001, de la Universidad Anáhuac con el Título: *"Adopción de nuevas tecnologías: ¿por qué las escuelas adoptantes tardías?"*. ¿Por qué en el ámbito escolar mundial, las nuevas tecnologías han enfrentado una resistencia excesiva? Es la pregunta que anima a este texto.

La autora enumera varios errores que han existido en el proceso de comunicación, de esta innovación como, por ejemplo: la imposición de las nuevas tecnologías a los docentes, los beneficios no comunicados, la falta de monitoreo de estos procesos, y otros. En relación,

podremos ver una investigación donde se retoma aspectos con dependencias que sufren las sociedades.

Como lo menciona el autor: Ross Pablo, en el año 2008 y en la Universidad Madrid España con el título: *Las drogas y los adolescentes: Lo que los padres deben saber sobre las adicciones*. El autor nos menciona que la droga es un problema de todos; de quien consume y de las familias de los adictos, si bien se puede empezar a consumir droga durante la adolescencia que las personas son más vulnerables a este tipo de vicios. Tenemos que mencionar que los apartados de las adicciones que fueron buscadas enriquecen nuestra búsqueda de información dando en unos de los objetivos de la investigación así

A continuación, se describe el trabajo de los autores: Calderón Vallejo Gustavo Adolfo y Posada Vélez Sandra María en el año 2011, de la Universidad: Fundación Universitaria Luis Amigó, con el título: *Adicciones conductuales género y drogas*. Los autores nos mencionan que las adicciones conductuales parecen suceder algo similar en cuanto a las diferencias de género, en este caso podemos observar cómo algunas adicciones son bien vistas para las mujeres e inaceptables para los hombres, llevándolos a vivir situaciones que agudizan, el problema al no poder aceptarlo en público, al no poder abordarlo por temor a ser rechazado y excluido.

Tomamos en cuenta aspectos que ya se tenían identificados con las circunstancias en las que envuelven a las y los estudiantes de nuestra investigación por tal motivo nos basamos en los autores Pérez Cabrejos, R. G., Rodríguez Galán, D. B., Colquepisco Paúcar, N. T., Enríquez Ludeña, R. L., en el año 2021, de la Universidad César Vallejo, Perú. En el trabajo con el título: *Consecuencias de la nomofobia en adolescentes: una revisión sistemática*, los autores recalcan que los resultados nos muestran que los adolescentes están presentando problemas conductuales, pasan muchas horas en el celular y esto está perjudicando el rendimiento académico de los estudiantes; la depresión, ansiedad y la mala alimentación se ven relacionadas con la nomofobia.

Recordemos que uno de nuestros objetivos es desarrollar estrategias para la disminución del uso de teléfonos inteligentes, por tal motivo visitamos una investigación por el autor: Stauber, Juan Carlos Valdés del año 2023, en la Revista versión online con el Título: *Estrategias en el tratamiento de desintoxicación alcohólica*. El autor nos menciona que el alcoholismo es uno de los problemas más graves con los que se enfrentan los sistemas de salud, tanto por el alto

grado de morbilidad, como por el índice de discapacidad y por las complicaciones médicas y psicosociales.

La fase de desintoxicación supone la piedra angular en el tratamiento del paciente alcohólico. Métodos: Partimos de una revisión bibliográfica crítica del TDA y de una discusión teórica de las dimensiones que ha de atender un tratamiento eficaz. Resultados: Se propone una secuencia de fases con características propias.

Tenemos que comprender cómo los individuos forman una dependencia por las nuevas tecnologías como lo menciona el autor Almazán Rodrigo Sandoval en el año 2019. De la Facultad De Ciencias Políticas y Sociales de la UAEM, con el Título: *Soy adicto al celular y como superarlo*. El autor nos menciona que la adicción a las tecnologías de información y comunicación favorece la pérdida de memoria a largo y corto plazo, el aprendizaje es cada vez más superficial, pues únicamente recordamos encabezados y estamos perdiendo profundidad y capacidad de crítica, sólo reproducimos lo que otros publican sin generar nada nuevo.

Mediante la búsqueda de información encontramos estrategias para diferentes adicciones como lo muestran los autores: Ochoa Mangado, E., Madoz-Gúrpide, A., & Vicente Muelas, N. en el año 2009, del Hospital Universitario Ramón y Cajal. Madrid. España con el título: *Diagnóstico y tratamiento de la dependencia del alcohol. Medicina y seguridad del trabajo*. Los autores nos mencionan los aspectos fundamentales del diagnóstico de la dependencia del alcohol y de los tratamientos para su dependencia. Se analizan los pasos para un diagnóstico sistematizado (criterios DSM-IV y CIE 10), cuestionarios diagnósticos de dependencia de alcohol y marcadores biológicos) y el tratamiento realizado para la deshabituación, como se menciona, es una dependencia que no aplica con una sustancia si no con un objeto así como lo mencionan los autores Matoza-Báez, C. M., & Carballo-Ramírez, M. S. en el año 2016, en la Revista Ciencia E investigación Médico Estudiantil Latinoamericana con el Título: *Nivel de nomofobia en estudiantes de medicina de Paraguay, año 2015*.

Los autores nos mencionan que la Nomofobia proviene de la abreviatura nomo-bile phone phobia hace referencia al miedo o incertidumbre que se manifiesta al no tener a mano o funcionando el teléfono móvil, y poder determinar el nivel de nomofobia en estudiantes de medicina del Paraguay teniendo en cuenta el sexo y el grupo etario y el rendimiento académico.

Reflexiones y hallazgos sobre el estado de la cuestión

En esta parte es importante resaltar, que la búsqueda de información fue más complicada de lo que se pronosticaba, ya que tuvimos que establecer los parámetros de las líneas de investigación, por la cual íbamos a dirigir nuestras miradas, aun así, la primera búsqueda que se dio, sobre los diferentes temas, fueron sumamente importantes, ya que nos dio una claridad y un objetivo más amplio, sobre el entorno al que nos enfrentamos, tomando en cuenta los diferentes ejes a los que encaramos. Tuvimos que indagar en diferentes publicaciones, otorgando un sin fin de información a la que nos expusimos, por tal motivo tuvimos que empezar a poner filtros a la información obtenida,

Esto nos ayudó mucho, ya que la delimitación de la información, nos dio un camino más amplio a nuestro tema principal, y nos contribuyó a poder conocer diferentes autores relacionados con el tema, pero con diferentes enfoques, relacionado a nuestra idea principal, pero, se tiene que resaltar, que la búsqueda fue incesante, otorgándonos el poder comprender, el entramado y ampliar nuestro propios horizontes, la búsqueda fue tanto en bibliotecas públicas, como en la que se encuentra dentro de la misma universidad, aun así, la indagación continuo en diferentes sitios web oficiales, abrió un panorama muy importante y que la indagación fue muy enriquecedora en todos los aspectos.

Al comienzo de la búsqueda, se tenía una visión no muy clara, pero con el transcurso de los meses se pudo vincular un camino que encaminó esta investigación, no solo complementando el trabajo si no alimentando y proporcionando datos que no teníamos contemplados, esto fue un ejercicio muy productivo, ya que enriquece a la misma investigación y a nuestra perspectiva, sobre los temas tocados en este trabajo.

2.2 Estrategia metodológica para la búsqueda de información.

FASE 1. DIAGNÓSTICO DEL PROBLEMA, INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

Para poder realizar este fragmento dentro de esta investigación, tenemos que poner por alto el proceso de diagnóstico que desarrollamos y poder determinar la estrategia metodológica, donde nos respaldamos, tanto en metodología cuantitativa como metodología cualitativa ya que estos dos caminos podrían tomar un curso más amplio y nos ayudó a consultar a todos los convocados, para la realización de este proyecto, ya que pusimos en juego cualquier aspecto que tuviera una pizca de información, dentro de este ámbito.

El periodo de investigación enriqueció el trabajo, tanto dentro como fuera del núcleo observado, ubiquemos que la temporalidad de la investigación, fue entre los meses de septiembre a noviembre del 2023 esto para poder determinar y diseñar la estrategia que se plantea, y aplicar dentro del núcleo, esto pudo proporcionar caminos, que no consideramos, pero que fueron de gran ayuda a la comprensión del fenómeno en cuestión.

FASE 2. LEVANTAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

En lo que respecta a nuestro trabajo, optamos en la fase de diagnóstico por la utilización de una metodología cuantitativa y cualitativa, ambas nos permitieron conocer de mejor manera, cuál es la relevancia que hay, sobre las nuevas comunicaciones, entre las personas con las nuevas tecnologías que está surgiendo, recalquemos que este proceso metodológico cuantitativo, muestra unas características únicas ya que nos podemos integrar de cierta manera al fenómeno al que estudiamos.

Estrategia Cuantitativa. Nos da una mirada más amplia y más cerca a los actores que se estudian, es un apego al problema ya que nos integramos dentro del mismo problema, obteniendo datos duros los cuales vinculó el camino de la investigación y nos arrojará, un número exacto sobre el problema al que encaramos. Recordar que Olabuénaga (2012) indica que una investigación en contexto, de descubrimiento, sirve de puente para la verdadera investigación en contextos de comprobación rigurosa y precisa.

Una encuesta ofrece resultados más claros, lo cual para nosotros, es de suma importancia, ya que queremos reflejar el porcentaje de personas que han entrado a esta nueva realidad, donde el estudio lo aplicaremos a 30 participantes en un rango de edad de los 15 a los 19 años de edad, aclararemos que los participantes serán, seleccionados del plantel IEMS SALVADOR

ALLENDE II, se reitera que no importa el semestre que esté cursando, ya que se quiere conocer los diferentes aspectos en su experiencia, mediante la utilización de teléfonos Smartphone.

Estrategia Cualitativa: También se tomó la opción de utilizar otra herramienta, la cual nos ayudó a desenterrar hábitos personales sobre el uso que tienen los participantes y tener un acercamiento a las diferentes herramientas electrónicas, el proceso metodológico cualitativo nos enseñara una manera más personal y más íntima, ya que se planteó hacer 4 entrevistas a profundidad donde el tiempo de respuesta no es importante si no que se busca que las personas sean más sinceras, y nos cuenten, si han creado algún lazo con sus aparatos electrónicos o en este caso teléfonos Smartphone, cabe resaltar que los 4 participantes fueron tomados al azar de los primeros 30 participantes en la encuesta.

Este trabajo de campo que se realizó con la ayuda de los estudiantes, se llevó a cabo considerando tres aspectos.

El primero se relaciona con una interacción social no ofensiva: lograr que los informantes se sientan cómodos y ganar su aceptación, el segundo sobre los modos de obtener datos, estrategias y tácticas de campo y el tercer aspecto es, involucrar el registro de los datos en forma de notas de campo escritas (Taylor 1987).

Como se puede observar, tanto el proceso cualitativo como cuantitativo, son acciones que se pusieron en marcha para la obtención de la información, para obtener datos duros y también aspectos de una interacción, donde los entrevistados puedan agregar información que no estaba contemplada.

2.3 Selección y justificación de los métodos de investigación

La primera herramienta o técnica empleada para el diagnóstico del problema fue, de carácter cuantitativo, con la técnica de la encuesta; La cual es una técnica de recogida de datos, mediante la aplicación de un cuestionario o una muestra de individuos. A través de las encuestas se puede conocer las opiniones, actitudes y los comportamientos de los ciudadanos (Reyes, 2015) Se llevó a cabo la selección de la muestra, ya seleccionada con anterioridad, encontraremos que delimitamos, que sólo los estudiantes que cuenten con un Smartphone o algún otro dispositivo que tenga conexión a Internet.

Y verificando que tengan un manejo de los aparatos electrónicos, y que entre en un rango no menor, de menos de una hora de utilización de estas herramientas electrónicas, donde valoraremos el nivel de uso dentro y la importancia dentro de los mismos estudiantes. Asimismo, se incluyeron en esta fase del estudio a jóvenes de edad entre los 15 a los 19 años que fueran estudiantes regulares del IEMS Salvador Allende. La información se pudo vincular para poder graficar y ver más a detalle los niveles a los que nos enfrentamos.

Dándonos un camino más amplio, sobre el campo al que nos hemos sumergido, estas gráficas nos llevaron, con mayor firmeza, a encontrar el nivel, en el que se encuentran, el núcleo que estudiamos.

2.3.1 Selección y justificación de las técnicas e instrumentos para recabar información

Para el Diagnóstico inicial. la muestra que se, tomó en cuenta un número de 30 encuestas, otorgando una muestra, por cuota con 15 mujeres y 15 hombres, con la utilización de teléfonos Smartphone, siendo estudiantes de la preparatoria Salvador Allende II IEMS, es un número que nos da una muestra más amplia, sobre la situación que viven los estudiantes. Esta muestra fue analizada previamente, para poder encontrar el número exacto de entrevistados, dando prioridad al perfil que se buscaba, y que nos diera una respuesta a los problemas en los cuales estamos abordando.

Posteriormente se tuvo una sección, de entrevista a profundidad, con la ayuda de 4 participantes de los anteriores 30, la forma en la que se dividieron, estos 4 candidatos, fue de 2 mujeres y 2 hombres, los cuales se seleccionaron de manera aleatoria, aunque sí, cabe mencionar que se mantuvo el criterio, de que todos los participantes tenían que ser estudiantes de la preparatoria IEMS.

2.3.2 Selección, justificación y descripción del universo o fuente

Si bien, en esta parte podemos ver, que la Encuesta es una herramienta que viene en diferentes formatos, y que es muy eficiente para la recolección de información⁴, el proceso en el que se desarrolla es dependiendo de la metodología a utilizar para Richard L. Sandhusen (2002) las encuestas obtienen información sistemáticamente de los encuestados, a través de preguntas, las cuales fueron previamente estructuradas para un público específico. Por tal motivo creemos que es una herramienta de gran ayuda para poder obtener información y poder abordar la crisis a la que queremos mirar; el proceso de la investigación.

Nos lleva a optar por estos instrumentos, haciendo que nuestra búsqueda fuera más factible y podamos entender a los actores que están involucrados, de igual forma en el que nos vamos a incluir para la obtención de información, para esto utilizamos un medio cuantitativo; este procedimiento nos ayudó a cuantificar los datos obtenidos y aplicar algunas formas estadísticas, las cuales nos proporcionó un número. Hay que recordar que este procedimiento fue aplicado directamente con los integrantes de la Preparatoria Salvador Allende II IEMS,

Si bien, pedimos su participación para poder realizar una encuesta, con opción de respuesta múltiple y algunas preguntas abiertas, las cuales ayudaron a hallar aspectos no contemplados, tanto la encuesta y el instrumento que fue el cuestionario, están diseñados para vincular y encontrar, las causas principales del uso de teléfonos Smartphone en detrimento de las interacciones interpersonales.

2.4. Selección y justificación de las técnicas de investigación. Encuesta y Entrevista en profundidad

Para esto, tuvimos diferentes opciones para poder sumergirnos en este proceso, y hemos escogido la herramienta de la encuesta; Recordemos que la encuesta, es una herramienta de recopilación e investigación de datos cuantitativos, creemos que es un buen recurso, ya que el costo y la aplicación de dicho estudio, no es elevado, dando una facilidad al sujeto en campo que participe en la encuesta.

En una encuesta, el encuestador es el responsable de recopilar la información de forma veraz, es centrar su responsabilidad de un buen desempeño y cooperación, en cuanto se lleve el trabajo en campo, la encuesta es uno de los métodos más utilizados en la investigación de mercado,

⁴-La entrevista telefónica es un método muy utilizado para recopilar algunos tipos de datos. Una encuesta cara a cara, ya sea a domicilio o en la oficina del encuestado es mucho más costosa que una encuesta telefónica.

porque permite obtener información real, directamente de los consumidores, esto se utiliza, ya que no siempre se dispone de una segunda oportunidad, para poder profundizar o aclarar la información obtenida, durante el primer encuentro. Según Malhotra (2004) la encuesta implica entrevista con un gran número de personas utilizando un cuestionario prediseñado, dicho cuestionario está diseñado para obtener información específica.

Hay que recordar que la encuesta es estructurada, en la que el entrevistador, hace una indagación exhaustiva, para lograr que un entrevistado hable libremente y exprese de forma detallada sus motivaciones, creencias y sentimientos sobre un tema. Aunque se nos menciona, que las preguntas estructuradas de los cuestionarios, se realizan para conocer los motivos generalmente, pocas veces proporcionan respuestas correctas. (Navarrete, 2003).

Análisis de resultados
FODA

Fortalezas	Oportunidades
-Materia prima	-Tener a la comunidad participante en un mismo espacio
-Participantes de la comunidad estudiantil	-Conocer aspectos que ignoramos en su uso con herramientas electrónicas
-Accesible a cualquier persona	-Durante la aplicación, Poco interés de los participantes
-Materiales baratos	-Distribuir el tiempo en la aplicación de los instrumentos

Debilidades	Amenazas
-Poca ayuda de la preparatoria IEMS	-Condicionado, al tiempo de sus horarios de las y los estudiantes
-Poco interés de los participantes	-Inasistencia de los participantes
-Recursos limitados	-No concluir con las encuestas
-Limitación en la participación, por los horarios de las y los estudiantes.	-Mala disposición de responder, de las y los estudiantes

2.5 Diseño de instrumentos metodológicos

TÉCNICA 1: ENCUESTA

INSTRUMENTO. CUESTIONARIO

Hola como están, espero nos pueda contestar una pequeña entrevista, tenga por seguro, que toda la información que nos proporcione será utilizada con confidencialidad y no haremos mal uso de los datos que nos proporcione.

En este sentido, siéntase libre de compartir sus ideas en este espacio. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas, lo que importa es justamente su opinión sincera.

Sexo: (F) (M)

Edad: _____

Turno: _____

1- ¿Sin importar la conexión móvil que puedas tener desde cualquier dispositivo móvil, en este hogar cuentan con internet?

A) SI B) NO

2-¿En tu casa o tú cuentas con una Computadora Tableta o Teléfono Smartphone?

A) Si, Cuáles: _____ B) NO

3-¿Aproximadamente cuánto tiempo le inviertas a tu celular al día?

A) 15 a 45 minutos B) 1 a 2 horas C) 3 a 5 horas D) más de 5 horas

4. ¿Tu familia te apoyó para comprar tu teléfono móvil?

A) Si me ayudan B) No me ayudan

5. ¿Crees poder padecer una enfermedad a futuro, por el uso constante de teléfonos inteligentes?

A) Si B) No

6. ¿Crees que has tenido algún dolor muscular, como dolor de cabeza, por el uso excesivo del celular o alguna herramienta electrónica?

A) SI B) NO

7. ¿Usted tuvo un teléfono Smartphone, computadora o tableta, al inicio de la pandemia?

A) Si. B) No

8-Durante el proceso de la pandemia, ¿Cómo fue tu experiencia con plataformas o redes sociales?

9 ¿Cómo fue para ti la adaptación y la utilización de herramientas electrónicas durante la pandemia?

10- ¿Cómo fue la utilización de dispositivos electrónicos, en tu comunicación con tus compañeros durante la pandemia?

11 ¿Para ti, fue más fácil la apropiación de información mediante este tipo de herramientas o qué dificultad tuviste?

A) SI, B) NO,

PORQUE:_____

12 Cuéntanos, ¿si un día llegaras a perder tu teléfono celular, te afectaría en algún aspecto?

TÉCNICA 2. ENTREVISTA A PROFUNDIDAD CON CATEGORÍAS TEÓRICAS

Instrumento de entrevista. Guía de Tópicos

Sexo: (F) (M)

Edad: _____

Turno: _____

Fecha: _____

CATEGORÍAS	PREGUNTAS
USO Y CONSUMO DEL SMARTPHONE	1- ¿Qué uso le das a tu teléfono Smartphone? ¿Por qué? ¿Cómo es eso? ¿Cuéntanos, cómo fue para ti la adaptación y la utilización de herramientas electrónicas durante la pandemia? ¿Por qué? ¿Cómo es eso? ¿Para ti, fue más fácil la apropiación de información, mediante este tipo de herramientas o qué dificultad tuviste? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?
INTERACCIÓN SIMBÓLICA	Durante el proceso de la pandemia, ¿Notaste si tu consumo fue mayor con algunas de las herramientas electrónicas, como plataformas o redes sociales y cómo fue tu experiencia? ¿Para ti, fue más fácil la apropiación de información mediante este tipo de herramientas o qué dificultad tuviste ¿Sabías que el uso excesivo de un teléfono celular puede cambiar tu postura y el cual provocará enfermedades a largo plazo ¿Crees que tu estado de ánimo se puede ver afectado, si un día pierdes tu celular ¿Puedes comentarnos qué relación tienes con tu Smartphone, es decir le tienes algún aprecio? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?

	¿Podrías decirnos con qué relacionas a tu Smartphone, es decir con algo sentimental? ¿Por qué? ¿Cómo es eso? ¿Cuéntanos qué sentimientos tendrías si llegaras a perder tu teléfono? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?
COMUNICACIÓN NO VERBAL	¿Aproximadamente cuánto tiempo le inviertas a tu celular al día? ¿Crees que has tenido algún dolor muscular, como dolor de cabeza, por el uso del celular o alguna herramienta electrónica? ¿Has tenido algún dolor muscular, como dolor de cabeza, de espalda o en tus dedos, por el uso del celular o alguna herramienta electrónica? ¿Por qué? ¿Cómo es eso? ¿Cuándo te encuentras solo en algún lugar, usas tu teléfono Smartphone y por qué lo usas? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?
SISTEMA	¿Tu familia te apoya a comprar tu teléfono móvil ¿Sin contar tu celular, cuántos celulares hay en tu casa? ¿Tu familia y tú usan constantemente alguna herramienta electrónica y para qué es su uso? ¿Por qué? ¿Cómo es eso? ¿En tu casa o tú, cuentas con una Computadora Tableta o Teléfono Smartphone? ¿Usted tuvo un teléfono Smartphone, computadora o tableta, al inicio de la pandemia

COMUNICACIÓN	¿En tu experiencia, cuéntanos ¿conoces alguna enfermedad que se dé por el uso excesivo de los teléfonos inteligentes? ¿En tu experiencia, cuéntanos ¿crees tener algún problema por el uso de herramientas electrónicas? ¿Por qué? ¿Cómo es eso? Durante el proceso de la pandemia, ¿Notaste si tu consumo fue mayor con algunas de las herramientas electrónicas, como plataformas o redes sociales y cómo fue tu experiencia? ¿Por qué? ¿Cómo es eso? ¿Crees que te afectó la utilización de dispositivos electrónicos, en tu comunicación con tus compañeros durante la pandemia?

TÉCNICA 2. ENTREVISTA A PROFUNDIDAD

INSTRUMENTO: GUÍA DE TÓPICOS

¡Hola! ¿Cómo estás?, espero nos puedas contestar una pequeña entrevista, ten por seguro que toda la información que nos proporciones, será utilizada con confidencialidad y no haremos mal uso de los datos que nos proporciones.

En este sentido, siéntete libre de compartir tus ideas en este espacio. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas, lo que importa es justamente su opinión sincera.

Sexo: (F) (M)

Edad: _____

Turno: _____

1-¿Qué utilización le das a tu teléfono Smartphone? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?

2-¿Puedes comentarnos qué relación tienes con tu Smartphone, es decir le tienes algún aprecio? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?

3-¿Podrías decirnos con qué relacionas a tu Smartphone, es decir con algo sentimental? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?

4. ¿Tu familia y tú usan constantemente alguna herramienta electrónica y para qué es su uso? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?

5. ¿-En tu experiencia, cuéntanos ¿crees tener algún problema por el uso de herramientas electrónicas? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?

6. ¿Cuéntanos qué sentimientos tendrías si llegaras a perder tu teléfono? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?

7. ¿Has tenido algún dolor muscular, como dolor de cabeza, de espalda o en tus dedos, por el uso excesivo del celular o alguna herramienta electrónica? ¿Por qué? ¿Cómo es?

8. ¿Cuándo te encuentras solo en algún lugar, usas tu teléfono Smartphone y por qué lo usas? ¿Por qué? ¿Cómo es eso?

9. Durante el proceso de la pandemia, ¿Notaste si tu consumo fue mayor con algunas de las herramientas electrónicas, como plataformas o redes sociales y cómo fue tu experiencia? ¿Por qué? ¿Cómo es?

10. ¿Cuéntanos, ¿cómo fue para ti la adaptación y la utilización de herramientas electrónicas durante la pandemia? ¿Por qué? ¿Cómo fue?

11. ¿Crees que te afectó la utilización de dispositivos electrónicos, en tu comunicación con tus compañeros durante la pandemia?

2.6 Análisis de los resultados

En este apartado podremos visualizar las diferentes respuestas que fueron recolectadas durante la realización y aplicación de las estrategias escogidas con los sujetos de investigación, cada pregunta se encuentra descrita mediante un análisis qué se efectúa a cada pregunta esto para dar mayor, énfasis a la información, y da aportes significativos a la investigación, qué se encuentra en curso, las y los estudiantes participantes dan sus opiniones libremente y esto es aprovechado para la realización de acciones que contengan esta situación.

Aun así, el resultado del análisis aplicado a las estrategias de investigación, nos arrojó aspecto, los cuales no se contemplaron desde un principio, pero no fue un impedimento para la realización y continuidad de esta investigación, nos ayudó a encaminar el proyecto que se plantea, mediante una estrategia de comunicación y diseñada mediante la información que se obtuvo, por la aplicación de dichos estudios, encontrado diferentes niveles de comunicación que manejan las y los diferentes participantes.

Cabe mencionar que el análisis de cada pregunta, se toma en cuenta las aportaciones de los participantes en conjunto y no se divide en ningún rango como; social económico o de género, esto para no perder ningún aporte y aprovechar las conexiones que maneja los mismos participantes, y comprender los procesos comunicativos que se utilizan y que son adaptados para ;la interacción dentro de estas salas virtuales que son proporcionadas, por las nuevas tecnologías a las que están expuestos los usuarios.

El involucramiento que se tuvo en la recolección de los estudios metodológicos, fue con una amplia neutralidad, para lograr que las y los participantes, se sientan confiados y nos arrojen con claridad sus sentimientos y el conocimiento que tiene cada alumno de estas nuevas tecnologías, que son aplicadas en su entorno académico, para tener una idea más amplia de cómo se fue desarrollando, no olvidemos que se utilizaron dos tipos de herramientas para la obtención de información, donde nos arrojó números más cercanos a la realidad.

Y también conocer más a detalle las situación que hay emocional y física con dichos aparatos, encontrando conceptos nuevos, sobre el uso y el tiempo asignado por los usuarios, nuevos tiempos de uso que superan las 5 horas al día y determinando actividad destinadas que involucran actividades sociales y académicas, base los números que se obtuvieron y lo

comentado por cada alumno que fue entrevistado pudimos, encontrar gran similitud con dicha situación, todos los datos que se encontraron fueron comparados con el otro medio, que se obtuvo la información, encarando los datos y mostrándonos un camino a un área de oportunidad, en la que las y los estudiantes están inmersos, es decir que el número de utilización no solo académico sino social va en aumento siendo una opción para interactuar entre ellos, mediante transcurrían las entrevista, el mismo número de personas tenía gran similitud con sus compañeros en portar o utilizar un teléfono inteligente.

teniendo en cuenta que ellos se adaptaron al entorno en el que se encontraban, ya que la pandemia los obligó a llevar un aumento en el uso de teléfonos inteligentes, adoptando nuevas estrategias de aprendizaje y conocer nuevas herramientas que fueron proporcionadas por aplicaciones dentro de internet, esto se menciona ya que comentan “Todo en la pandemia lo hacía en internet” adentrándose no solo socialmente y sino también académicamente, a una nueva interacción donde tenían que comprender las maneras de comunicarse.

Dejando a un lado la interacción cara a cara, sin dejar atrás que los números y lo mencionado por los participantes nos arroja gran similitud con los datos obtenidos, mostrando una empatía, a sus teléfonos inteligentes, aunque por las misma circunstancias, como: información del usuario, contactos personales, uso académico, además que se utiliza para el entretenimiento personal del usuario.

Resultados Cuantitativos

1-En la pregunta número uno, lo relacionamos directamente a preguntas socio demográficas las cuales ponen un filtro, ya que nos indica que tantas posibilidades tiene las personas de poder seguir conectados, esto nos permitió observar el número aproximado de personas conectadas y lo que nos mostró fue, que encontramos que la mayoría de las personas encuestadas, si tiene una conexión continua a Internet, de las 30 personas encuestadas encontramos que, el 28 de ellas tiene conexión continua y que por otro lado, solo dos personas no cuentan con una conexión a internet.

2- Se detectó que la mayoría de los entrevistados cuenta principalmente con teléfonos inteligentes, es decir, celulares los cuales pueden instalar diferentes aplicaciones y solo un 50%

de los entrevistados cuentan con computadora propia, lo cual, es un gran problema para las personas que no cuentan con tal herramienta, para su formación académica.

3-Se nota un desaliento por parte de los entrevistados, donde se observó que la mitad de ellos, es decir el 15 de 30 personas encuestadas, se inclinaría a un uso más prolongado que va de 5 horas en adelante por el uso del celular, la otra mitad se esparció en las diferentes casillas, y encontramos a dos personas y la opción “A” solo se encontró a 8 personas y la opción “C” mostró que sólo 5 personas se encuentran en este rango de tiempo de uso.

4-En esta pregunta el número de encuestados, se inclinó a la respuesta “A” y donde se menciona que de 30 personas encuestadas, 25 de ellas si reciben alguna ayuda para la compra de estos aparatos electrónicos, y sólo 5 personas declararon que, no reciben ayuda para la compra de dichos teléfonos.

5-Se notan optimistas, ya que menciona; ya que la mitad de ellos, sí reconocen alguna enfermedad por el uso constante, y nos mencionaron que la pérdida de visión, suena como principal enfermedad, aún 10 personas mostraron desconocer una enfermedad y sólo el 5 por ciento, se vio negativo, ha alguna enfermedad relacionada al uso del celular.

6-En esta pregunta nos enfocamos a sólo encontrar, si las personas en sus hogares cuentan con más de un celular, y al ver los números podemos ver, que 15 encuestados, tiene entre 3 y 4 celulares en su hogar y sólo el 5 por ciento tiene más de 5 celulares y los otros 10 encuestados, reflejó que sólo tiene de uno a dos teléfonos.

7-En esta pregunta encontramos que sólo, el 6 por ciento de las personas, admiten haber tenido algún dolor, mientras las otras 24 personas mostraron que no han tenido ningún dolor por el uso constante.

8-En esta pregunta, nos resaltó que el 19 de 30 personas encuestadas, demostraron que sí contaban con alguna herramienta electrónica y las otras 11 personas encuestadas, no contaban con ninguna herramienta electrónica.

9-En esta pregunta, su formato, tiene una estructura de pregunta abierta, ya que queríamos que nos contestara con mayor fluidez, pero al hacer el conteo de las encuestas encontramos que 100 por ciento, tuvieron un alza en la utilización de estas herramientas para sus diferentes actividades.

10-En esta pregunta pudimos ver un reflejo con tendencia buena, ya que la adaptación no fue complicada para este sector, mientras que el 7 por ciento sólo mostró que no fue ni buena ni mala y solo 3 por ciento de las personas, si mostró problemas con la adaptación a las nuevas aplicaciones, que tendrían que usar.

11-Solo el 4 por ciento mostraron que sí ha cambiado radicalmente su comunicación, tanto en la escuela, como en diferentes actividades extracurriculares, y el otro 26 por ciento mostró que no había cambiado.

12-Para esta parte, todos llegaron a una sola respuesta, no fue nada fácil, se comenta que en todas las sesiones, no se aclaraban las preguntas y que surgían muchas más, lo único que encontraron fácil, fue algunos trabajos, los cuales no eran muy largos.

13-En esta parte, varios mostraron que si conocen este tipo de daños que se presentan, y el otro segmento se dividió entre personas, que negaban la enfermedad, y sólo el 7 por ciento se encontró que no sabía nada.

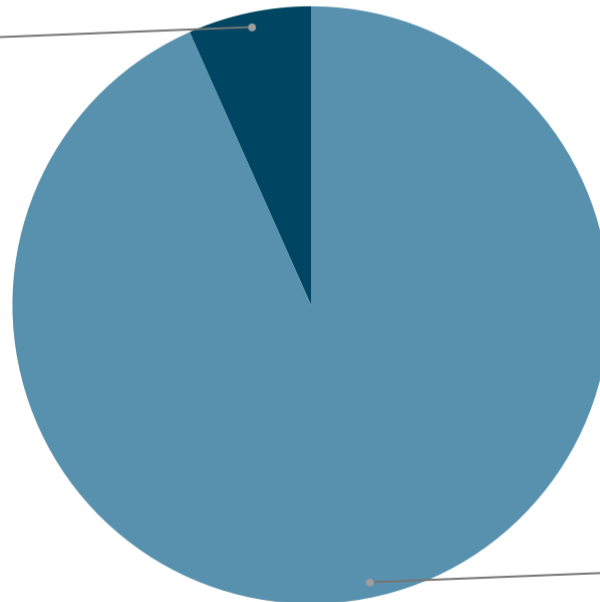
14-En esta pregunta nos interesaba saber si su estado de ánimo cambiaría, sí llegarán a perder su portátil y nos arrojó, que “Si” que de 27 personas cambiarían su estado de ánimo, y podría estar condicionado a este aparato, y sólo una persona dicen que no y las otras dos personas no sabían cómo actuarían.

2.7 Descripción de los resultados

Figura 1. *¿Sin importar la conexión móvil que puedas tener desde cualquier dispositivo móvil en este hogar cuentan con internet?*

Points scored

B(NO
6,7%



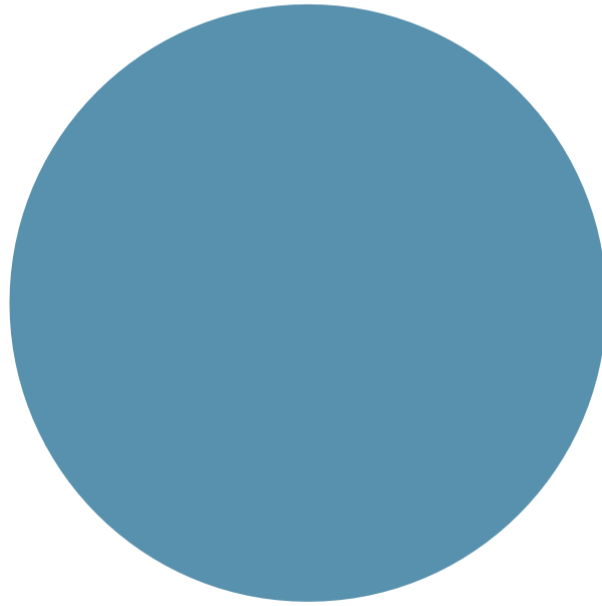
A(SI
93,3%

N=30

Nota: La gráfica muestra cifras con el tipo de conexiones que tiene los estudiantes, lo relacionamos directamente a preguntas sociodemográficas, las cuales ponen un filtro, ya que nos indica que tantas posibilidades tiene las personas de poder seguir conectados, esto nos permitió observar el número aproximado de personas conectadas, poder ver los resultados, los cuales teníamos previstos.

Figura 2 *¿En tu casa o tú cuentas con una Computadora Tableta o Teléfono Smartphone?*

Points scored

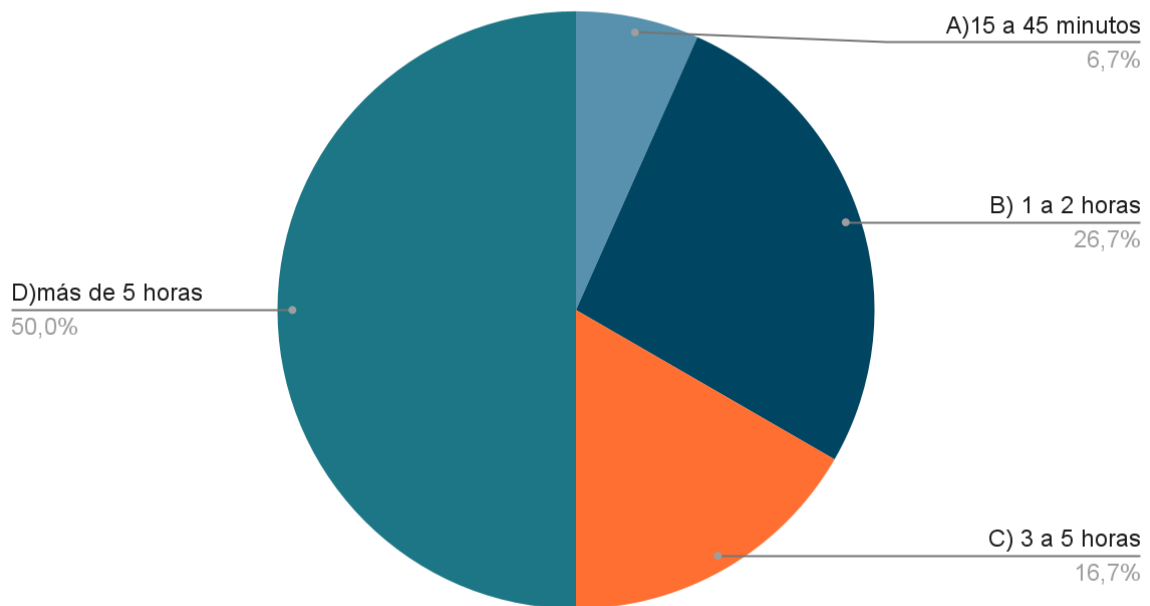


N=30

Nota: En esta figura podemos ver las cifras de personas que tiene aparato digital, Se detectó que todos los entrevistados cuentan principalmente con teléfonos inteligentes, es decir, celulares, esto nos da un gran hincapié, ha poder determinar los aspectos de la estructura del plan.

Figura 3- ¿Aproximadamente cuánto tiempo le inviertas a tu celular al día?

Points scored



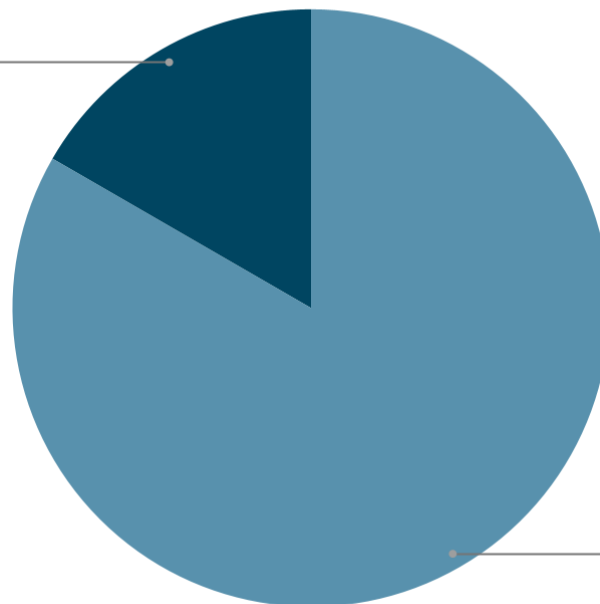
N=30

Nota: En esta figura podemos ver el tiempo que las personas invierten, Se nota un desaliento por parte de los entrevistados, pues se observó que la mitad de ellos se inclinaría a un uso más prolongado que va de 5 horas en adelante, por el uso del celular, la otra mitad se esparció en las diferentes casillas, esto nos dan un camino más claro, sobre la crisis a la que nos estamos enfrentando.

Figura 4- ¿Tu familia te apoya a comprar tu teléfono móvil?

Points scored

B)NO ME AYUDAN
16,7%



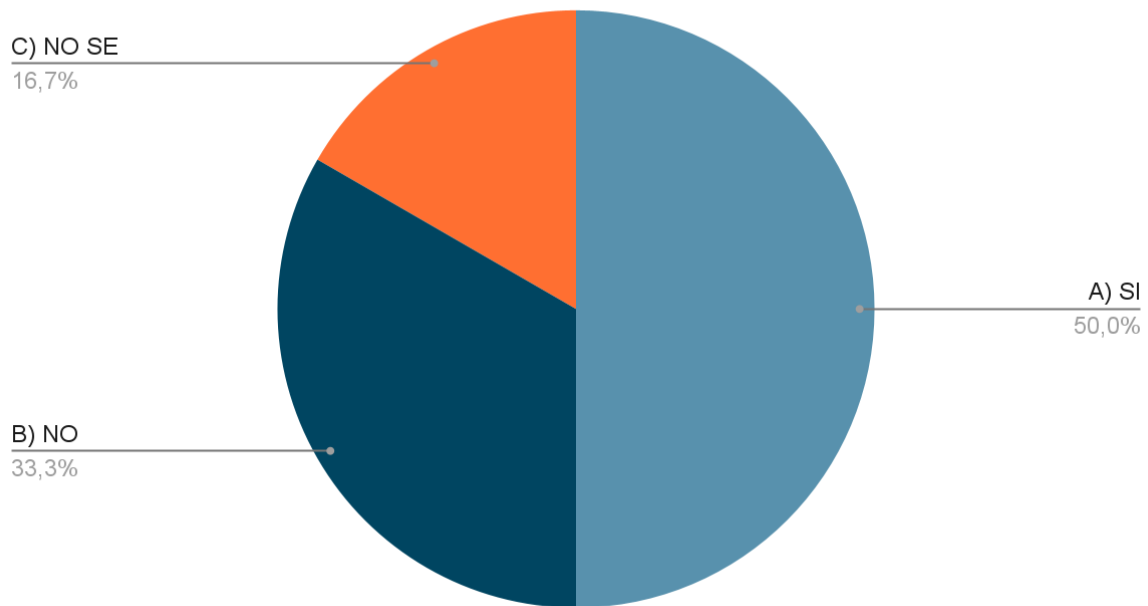
A)SI ME AYUDAN
83,3%

N=30

Nota: Vemos las cifras del apoyo que reciben los estudiantes, es decir en esta pregunta el número de encuestados se inclinó a la respuesta A y donde se menciona que, de 30 personas encuestadas 25 de ellas si reciben alguna ayuda, podemos determinar cuáles son las causas que tendremos que atender para la elaboración del plan.

Figura 5- *¿En tu experiencia, cuéntanos ¿conoces alguna enfermedad que se dé por el uso excesivo de teléfonos inteligentes*

Points scored

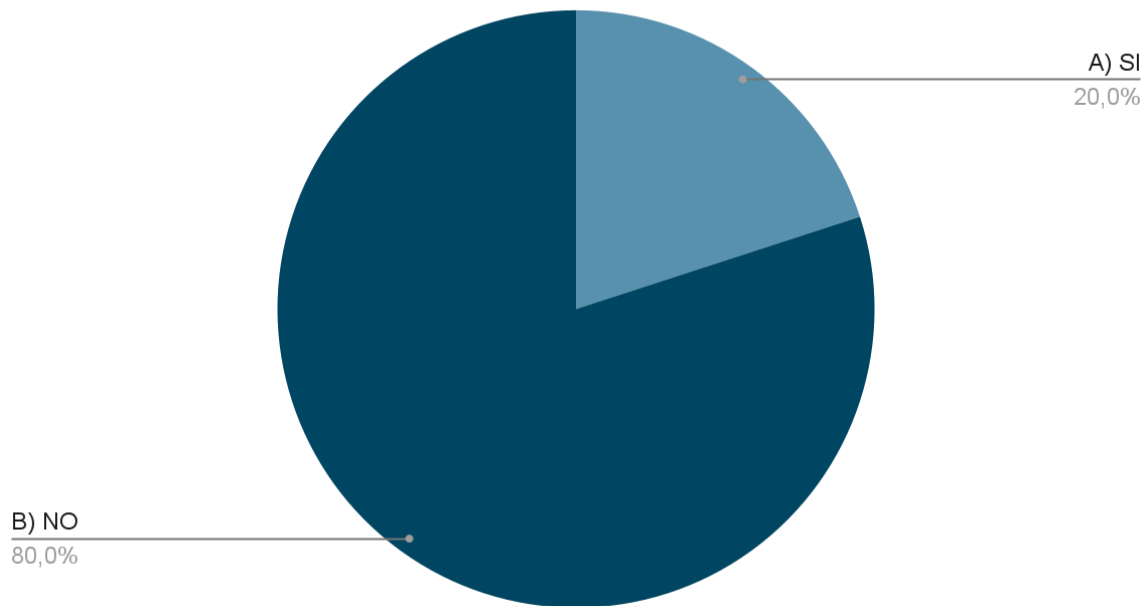


N=30

Nota: Queremos saber el conocimiento de los estudiantes sobre algunas enfermedades, se notan optimistas, ya que la mitad de ellos sí reconocen alguna enfermedad por el uso excesivos, nos sorprende, ya que los estudiantes saben las consecuencias y no hay un cuidado sobre el uso, podemos ver que la falta de consciencia, sobre este problema, nos abre un camino para atacar dicha situación.

Figura 6- ¿Crees que has tenido algún dolor muscular, como dolor de cabeza, por el uso excesivo del celular o alguna herramienta electrónica?

Points scored

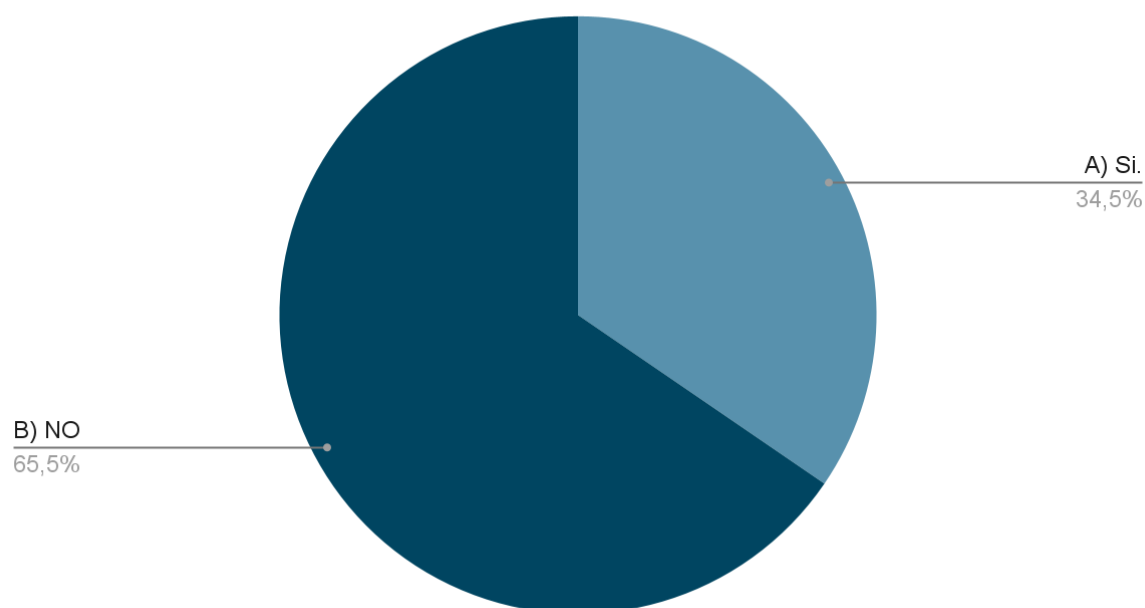


N=30

Nota=En esta pregunta encontramos que el 20 por ciento de las personas entrevistadas, admiten haber tenido algún dolor, mientras las otras mostraron que no han tenido ningún dolor por el uso de las herramientas electrónicas, esto nos abre un camino para poder determinar las acciones de concientizar que se estarán implementando, en el plan comunicativo.

Figura 7- ¿Usted tuvo un teléfono smartphone, computadora o tableta, al inicio de la pandemia?

Points scored



N=30

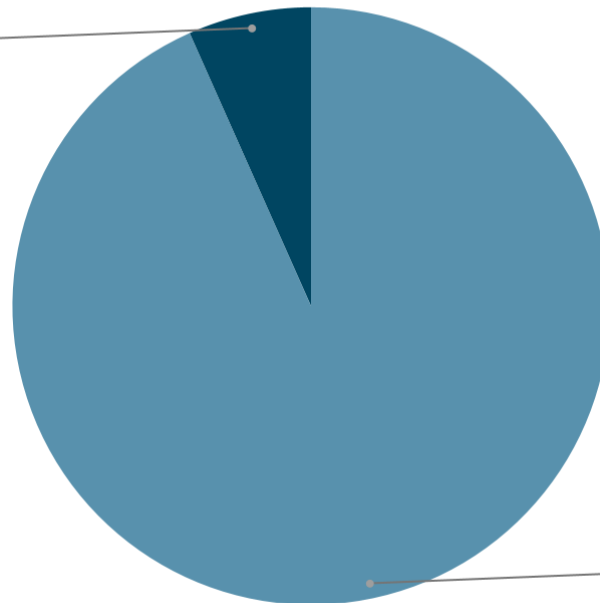
Nota=En esta pregunta nos resaltó que el 19 de 30 personas entrevistadas demostraron que sí contaban con alguna herramienta electrónica y las otras personas, no contaban con ninguna herramienta electrónica. Se tiene que replantear nuevamente la estrategia, ya que los números no son los que esperábamos.

Figura 8- Durante el proceso de la pandemia, ¿Notaste si tu consumo fue mayor o menor con algunas de las herramientas electrónicas, como plataformas o redes sociales?

Points scored

MENOR CONSUMO

6,7%



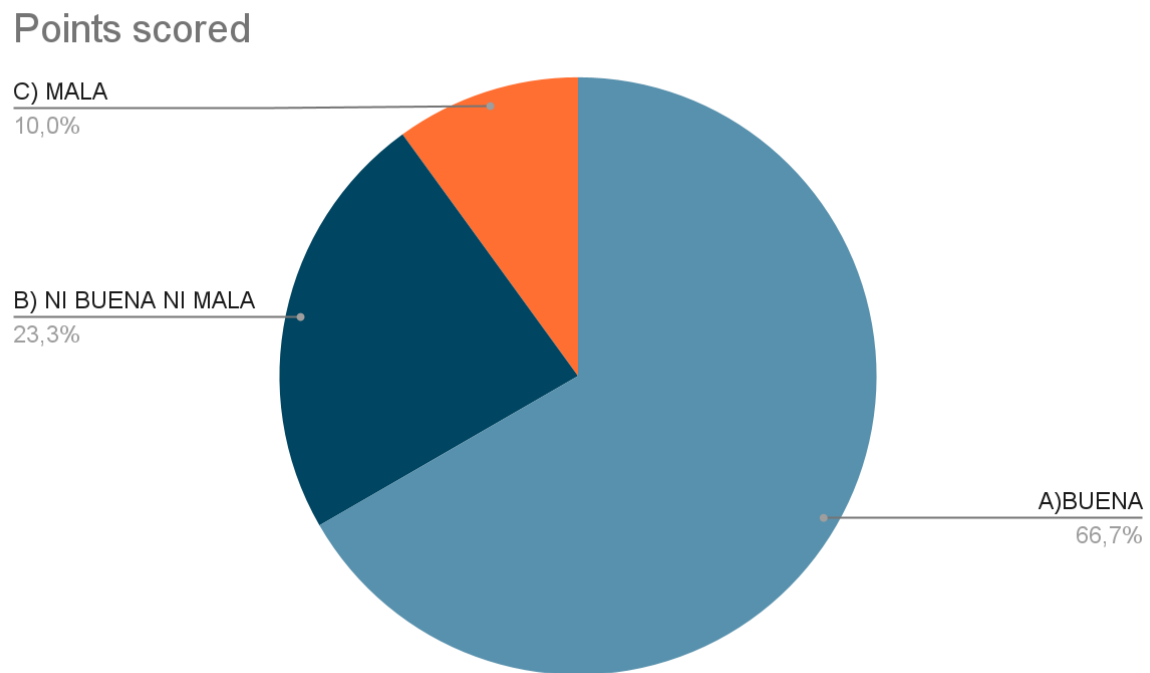
MAYOR CONSUMO

93,3%

N=30

Nota. El formato de esta pregunta, fue de pregunta abierta, ya que queríamos que nos contestara con mayor fluidez, pero al hacer el conteo de las entrevistas encontramos que 100 por ciento tuvieron un alza en la utilización de estas herramientas para sus diferentes actividades.

Figura 9- *¿Cómo fue para ti la adaptación y la utilización de herramientas electrónicas durante la pandemia?*

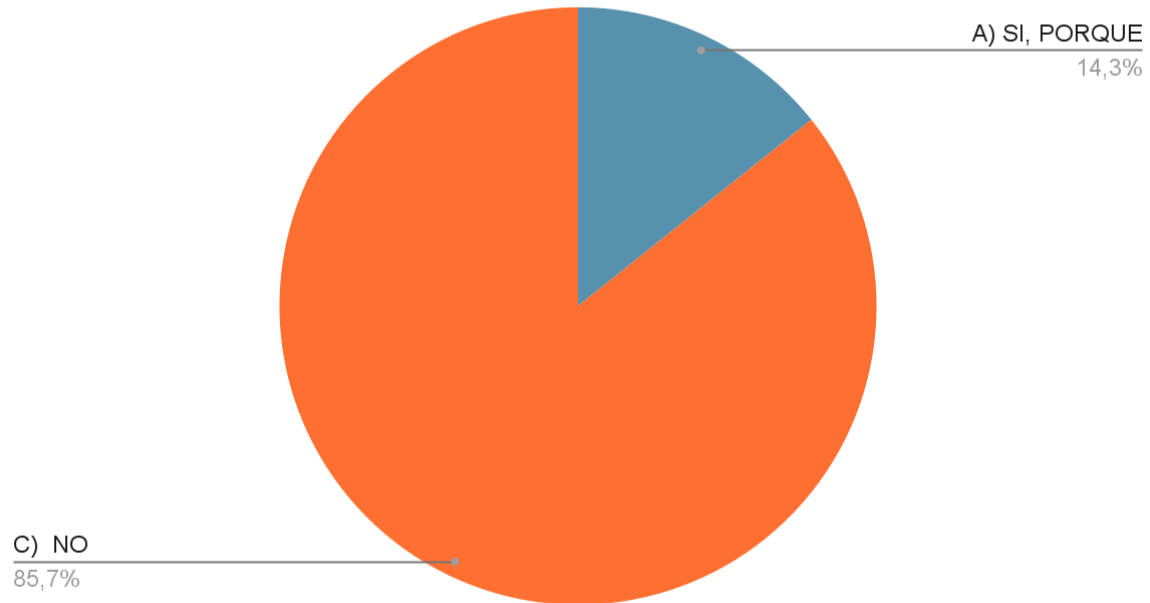


N=30

Nota=Ver un reflejo con tendencia buena, ya que la adaptación no fue complicada para este sector, mientras que el 23 por ciento, sólo mostró que no fue ni buena ni mala y sólo 10 por ciento de las personas, si mostró problemas con la adaptación, esto nos da un hincapié desde cuando las personas tiene interacción con herramientas electrónicas, y nos pone a pensar y replantear nuevas estrategias que se ejecutarán en el plan.

Figura 10- ¿Crees que te afectó la utilización de dispositivos electrónicos, en tu comunicación con tus compañeros durante la pandemia?

Points scored

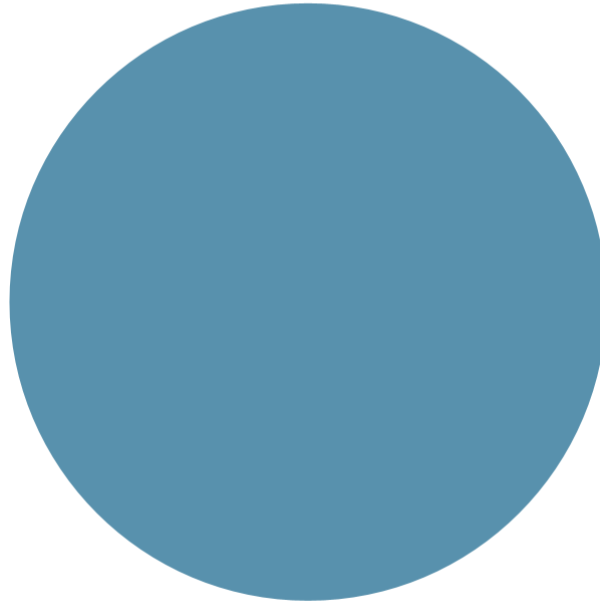


N=30

Nota= Solo el 14 por ciento mostraron que sí, ha cambiado radicalmente su comunicación, tanto en la escuela como en diferentes actividades, desde el comienzo temíamos, ya que los estudiantes, no han notado los cambios que hay en su estructura de comunicación.

Figura 11 *¿Para ti, fue más fácil la apropiación de información mediante este tipo de herramientas o no fue nada fácil?*

Points scored

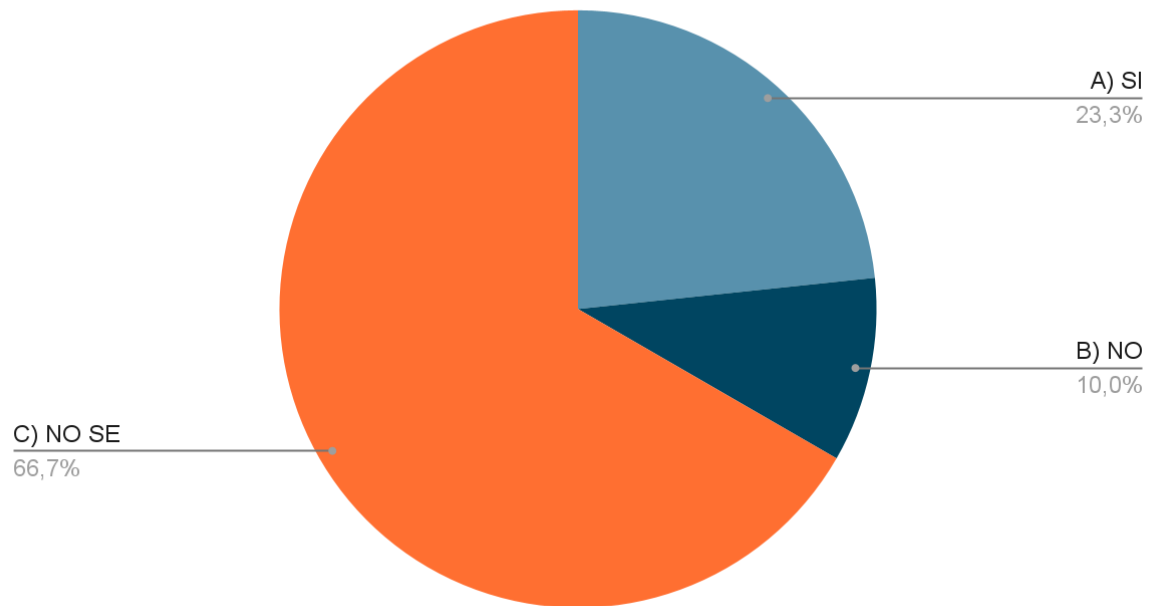


N=30

Nota=Todos llegaron a una sola respuesta, no fue nada fácil, se comenta que en todas las sesiones no se aclaraban las preguntas y surgen muchas más, lo único que encontraron fácil, fue algunos trabajos, los cuales no eran muy largos. Es relevante mencionar que los problemas de comunicación, confirmaron nuestras sospechas, sobre la apropiación de información, el cual pudo verse reflejado en estrés por parte de los estudiantes.

Figura 12- *¿Sabías que el uso excesivo de un teléfono celular puede cambiar tu postura y el cual provocará enfermedades a largo plazo?*

Points scored

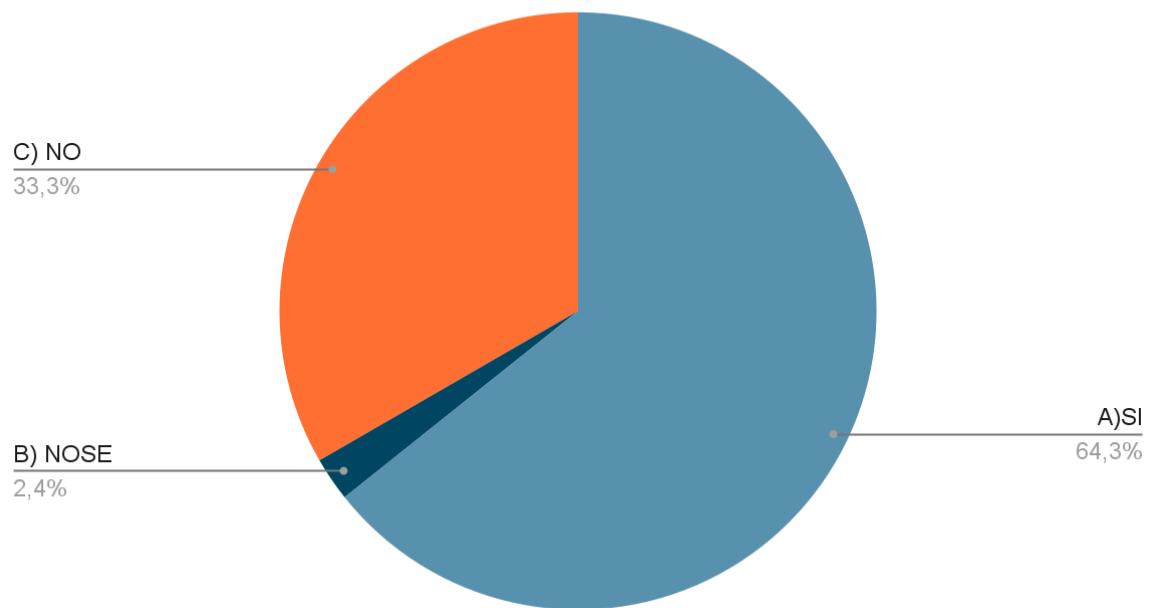


N=30

Nota: Como podemos ver en las cifras, nos muestra un gran desconocimiento sobre los efectos de utilizar algún dispositivo. En esta parte varios mostraron que si conocen este tipo de daños, y que se presentan en el otro segmento dividió, entre personas que negaban la enfermedad y el 67 por ciento, se encontró; que no sabía nada, esto produce que tendremos que replantear la estrategia de intervención, y poner dentro de la logística del mismo plan.

Figura 13- ¿Crees que tu estado de ánimo se puede ver afectado, si un día pierdes tu celular?

Points scored



N=30

Nota: se observa una dependencia emocional por parte de los estudiantes, nos arrojó que si 64% cambiarán su estado de ánimo, y esto podría estar condicionado a su celular y 33% dice que no y dos personas de cada 10 no sabían cómo actuarían, esto es un factor que teníamos contemplado, ya que será unos de los vínculos que se pretende eliminar y trabajar, dentro del plan comunicativo.

Resultados cualitativos

Ahora bien, en este apartado podemos enfocarnos en la profundidad del problema en el que nos estamos envolviendo. Por lo tanto, tuvimos un segundo momento, donde se pudo realizar una jornada de entrevistas a profundidad, a las y los estudiantes, que decidieron participar en dicha jornada, que se aplicó en el plantel salvador Allende del IEMS, donde los entrevistados tuvieron la oportunidad de profundizar con mayor detalle, sobre sus sentimiento y aspectos que pudieron resaltar, tanto aspectos físicos y mentales, con la relación que tiene con sus dispositivos móviles.

Durante el transcurso de las entrevistas, observamos que se tiene al margen, el uso de los dispositivos para aspectos de comunicación que incluyen llamadas y mensajes tradicionales, como también la utilización de diferentes redes sociales y aplicaciones, que son utilizadas para la comunicación entre familiares y amigos, el empleo de estas nuevas tecnologías, no ha llevado a que algunos estudiantes creen una relación de sentimientos, entre los dispositivos y el usuario, como se nos fue mencionado en algunas entrevistas.

Pero hubo varios entrevistados, que tiene un sentimiento a su dispositivo móvil, bajo estas definiciones, en las diferentes intervenciones, podemos encontrar que una de sus mayores utilidades, se ha transformado, como un centro de entretenimiento personal, los usuarios determinan qué es lo que ellos quieren ver. Sin embargo, se nos recalcó, que dentro de los diferentes núcleos familiares, que nos fueron mencionados, hallamos que la mayoría de los integrantes tiene y participan en las diferentes funciones tanto laborales como escolares, donde se les puede proporcionar.

Los dispositivos móviles, están cumpliendo la función de comunicación y entretenimiento dentro diferentes aplicaciones, donde participan los integrantes de los núcleos familiares, cada integrante cuenta o poseen un dispositivo móvil personal que le otorga la posibilidad de interactuar en estos núcleos digitales. Por lo tanto, hemos encontrado que los entrevistados no muestran un cariño inmediato, pero propusimos un escenario, donde se pierde su dispositivo móvil, mostrándonos qué el dispositivo, si tiene una representación de afecto, ya que se ha mencionado en diferentes ocasiones, que contiene información personal, juegos o aplicación

qué se utilizan para la distribución de deberes y actividades de entretenimiento, dando gran hincapié a su información personal.

Durante este periodo, se ha encontrado que los usuarios, utilizan sus dispositivos móviles para poder evadir circunstancias sociales, como momentos incómodos o soledad e incluso la evasión de la atención de algunas personas, donde no se requiere su atención, utilizado como una herramienta para poder salir de un lugar sin tener que moverse del mismo lugar. En último lugar, tenemos que mencionar que las aplicaciones de estos dispositivos móviles, no son tan alejados de los participantes, ya que se tenía un uso constante previo,

Se menciona esto porque, la adaptación que sufrieron los estudiantes mediante el confinamiento provocado por la pandemia del COVID 19, donde las normas de interacción se tuvieron que transformar, y la adaptación de la vida cotidiana como empleos o aspectos académicos de cualquier nivel, se sostuvieron con herramientas digitales, proporcionadas por el internet, ya que la interacción mayor fue mediante correo, redes sociales y aplicaciones.

La adaptación a estas nuevas aplicaciones dentro de un ambiente académico, nos mostraron que la aplicación dentro de estas plataformas, no fue tan difícil incluso, en algunos casos, estas modalidades ayudó a que los estudiantes pudieran, interactuar más sin la presión que se ejerce en un ambiente presencial, como nos es mencionado por los estudiantes, recordemos que esta adaptación fueron empleados por los estudiantes, el trabajar con dichas aplicaciones fue más sencillo, aunque no olvidemos, que solo se analiza la adaptación dentro de los dispositivos móviles y no el aprovechamiento de éstas aplicaciones.

2.8. Conclusiones. Replanteamiento o confirmación del problema o nicho de oportunidad y descripción general de sus posibles soluciones.

Durante este periodo, hemos podido encontrar, caminos que nos llevan a comprender y acercarnos más, sobre el campo donde nos ubicamos, evaluando aspectos que fueron resaltando durante la interacción con las y los estudiantes, y asegurándonos que las propuestas cumplan su objetivo general, en este aspectos pudimos encontrar cosas que desconocíamos y cosas que se pudieron reafirmar con el planteamiento con el que se inició esta investigación, utilizando

las bases con las que se planteó esta indagación, reafirmamos aspectos o patrones que los usuarios repetían.

Tomando en cuenta, que la interacción que se desarrolla entre estos dispositivos; ya está interiorizado, y los usuarios se adaptaban a este nuevo dialogo, dentro de los diferentes núcleos sociales en los que se encuentran, pasando a un estado digital, que es permitido por sus dispositivos que cuentan con una conexión a internet, trasladando actividades dentro de las plataformas que te permite los sitios web; con lo que muchos estudiantes coincidían es una manera más fácil y practica de realizar diferentes actividades, reafirmando esta idea de la comodidad de los usuarios.

Planteando la posibilidad de realizar muchas más actividades, desde un solo lugar, ganado un “ahorro de tiempo”. Adicionalmente; visualizamos los resultados obtenidos de la aplicación de los instrumentos de obtención de información, encontrando que los usuarios utilizaban su teléfono como una agenda personal, incluyendo información personal de los usuarios, y resaltaba la preocupación por la pérdida de su dispositivo, reafirmando la base de la investigación y con los aspectos que se plantearon desde un principio, esto nos dio la pauta para la aplicación de las activadas.

En cuanto a la estructura de los talleres que se plantean, para este nicho de oportunidad, se formulan aspectos; que fueron resaltando, las y los estudiantes, algunos coincidían con la idea general que se tenía. Pero adicional a eso, pudimos recabar información que iba alimentando la estructura de los talleres y reforzando aspectos, donde los usuarios se sientan identificados y es más fácil la interacción y el desenvolvimiento dentro de las actividades planteadas. En esta dirección podemos ver la estructura de los talleres, para la aplicación con los participantes.

Esto apoya para la aplicación de los talleres, mediante un hilo conductor que se mantenga con los usuarios y se identifiquen, y que la participación sea agradable, mediante los talleres se busca moderar el uso de sus teléfonos smartphone, aplicando actividades que desarrollen sin la utilización de sus dispositivos, mostrándole a los participantes el desarrollo de diferentes actividades, también se buscan la interacción que tengan los participantes entre ellos, mediante los talleres se explorar que entre ellos se ayuden, en las actividades designadas, dejándolos con una opción de interactuar con los demás, confirmando un nicho de oportunidad.

CAPÍTULO 3. PLAN ESTRATÉGICO

3.1 Descripción y justificación de la estrategia seleccionada

En términos generales, la estrategia que se plantea, para poder mejorar la problemática que se está presentando en la Preparatoria Salvador Allende, en los turnos matutino y vespertino, se implementarán dos estrategias

1. Mediática: Uso de los medios de comunicación tradicional y de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

2. Interpersonal: Impulso de las relaciones interpersonales aprovechando las ventajas de la comunicación cara a cara.

Dicha estrategia lleva por nombre **¡A 3 pasos de tu cerebro!**, equivalente a diferentes talleres y actividades en tres fases, pues con esto se pretende, que los estudiantes tengan una disminución del uso de herramientas electrónicas, se pretende profundizar para poder encontrar las causas y situaciones que conlleva esto, y poder lograr entender y comprender las acciones que tiene, las y los usuarios en el desarrollo de hábitos, los cuales causan diferentes problemas tanto físicos como mentales.

Los objetivos principales que se buscan con la realización del plan comunicacional, están conformados por:

1. Concientizar a las y los estudiantes de las diferentes afectaciones que hay, por el aumento en el uso de teléfonos smartphone, tanto física como emocionalmente.
2. Fomentar actitudes de confianza y seguridad entre las y los estudiantes, sin la aplicación de dispositivos móviles.
3. Concientizar sobre la necesidad de limitar el tiempo de uso, que hay, en los dispositivos móviles por parte de las y los estudiantes.
4. Mejorar y fortalecer la estructura de sus hábitos desarrollados durante el uso de estas herramientas electrónicas.
5. Regenerar el aprendizaje del proceso cognitivo, en el cual se someten las y los estudiantes.

Por estas razones, la aplicación de una estrategia es elemental para poder atender directamente a los usuarios y poder lograr los objetivos mostrados anteriormente, ya que tiene el propósito de brindar un ejercicio, donde los usuarios comienzan gradualmente a moderar la utilización de las diferentes herramientas que usan, se busca que directamente se tome una decisión clara y concisa, sobre la utilización de Smartphone, los usuarios podrán utilizar diferentes opciones para poder distribuir el tiempo de uso. Recordemos que se pretende llevar estrategias, donde la colaboración con los diferentes estudiantes y profesores es primordial

Se busca que se refuercen aspectos básicos de comunicación, sin la utilización de teléfonos Smartphone y que esta interacción busque entablar lazos, los cuales puedan ser aprovechados por las y los estudiantes, mediante la interacción que tienen tanto dentro como fuera de la escuela, priorizando los tiempos que los estudiantes opten por una comunicación cara a cara. Ya que previamente, la obtención de datos mediante instrumentos aplicados: cuestionarios o entrevistas a los usuarios, esto nos muestra un camino para poder elaborar tácticas, y dar a conocer los diferentes aspectos negativos que tiene el uso de estas herramientas.

Por otra parte, podemos ver que los resultados que tuvimos, nos muestran, hábitos que incluyen; los sentimientos y apegos a los teléfonos móviles y esto va creciendo entre los usuarios, el sedentarismo o la inclusión de sus núcleos sociales va en decadencia, el método seleccionado, tendrá que fortalecer estructuras de comunicación. El usuario tendrá un acercamiento de las situaciones mentales en las que se exponen, cabe mencionar, que las estrategias se dirigen a que los usuarios conozcan la importancia del proceso cognitivo.

Una de las estrategias principales de este plan, es la realización de un concepto de aprendizaje interno, es decir, que las personas se involucren en dichos talleres, podrán tener la posibilidad de aprender y conocer el proceso de su cerebro, la estrategia se enfoca, en que el proceso cognitivo, puede hacer o deshacer hábitos de conducta, sobre los cuales está involucrado los estudiantes, visualizar el aprendizaje en relación de algunos significados que son aprendidos mediante la interacción que se genera en las diferentes plataformas.

3.2 Objetivos tácticos y metas a corto mediano y largo plazo

Divulgar a las y los estudiantes de la preparatoria Salvador Allende, las diferentes causas y hábitos que se generan mediante la utilización de teléfonos móviles y poder cambiar y modificar acciones y comportamientos, que van de la mano, llevando padecimientos y el sedentarismo o exclusión de los usuarios.

Con la finalidad de contener los objetivos planteados e implementar una estrategia, se ha determinado que el plan táctico será el siguiente:

Estrategia 1: Aplicación comunicativa

Tácticas	Actividades	Metas a corto plazo	Metas a mediano plazo	Metas a largo plazo
A 3 pasos de tu cerebro	(Taller de concientización) Dirigido a las y los estudiantes para poder determinar los tiempos de uso, mediante el conocimiento del proceso cognitivo y poder activar esta herramienta cognitivas para su vida cotidiana	Se pretende que los participantes tengan conocimiento y que identifiquen el proceso cognitivo	Se pretende que el participante tenga herramientas para poder empezar a analizar los diferentes hábitos, que ha fomentado y que comienza una toma de decisiones	Se pretende que el participante maneje aspectos de percepción atención memoria lenguaje y pensamiento, mediante el aprendizaje obtenido por medio del entendimiento del pensamiento cognitivo
El cerebro y la memoria	Tríptico Visualizar y dar a conocer diferentes conceptos e invitar a los diferentes estudiantes.	Se les distribuirá a las y los participantes y a las personas que conforman la plantilla de la institución, se entregará en la entrada de la escuela como en jornadas dentro de las clases, invitando a	Se busca, que la información comience a tener un impacto sobre los usuarios que obtuvieron el tríptico	Se busca que este sea un medio de atracción para las y los estudiantes y concientizar para poder acceder a las diferentes estrategias que se les ofrecen

		participar en los talleres		
Rótulos de percepción	Carteles	Se dará difusión desde los primeros días, dentro de la preparatoria y redes sociales de la institución.	Se pretende que el participante comience a identificarlos y relacionar con el objeto general	Mediante la difusión se pretende que esto pueda anexar diferentes participantes a los diferentes talleres e información complementaria
Spot 7	Podcast que será difundido en los diferentes canales de comunicación Haciendo un análisis sobre los diferentes aspectos sobre adicciones conductuales, el cual incluye una temporada de 7 capítulos.	Se busca que el participante sea atraído por parte de los diferentes capítulos.	Se busca retener al público ya establecido.	Se pretende que los participantes puedan aplicar las habilidades adquiridas.

Estrategia 2

Aplicación comunicativa: desarrollo de habilidades y de nuevos hábitos comunicativos, se podrá desarrollar confianza entre los diferentes usuarios

Tácticas	Actividades	Metas a corto plazo	Metas a mediano plazo	Metas a largo plazo
Identificar identidades	(Talleres cognitivo) elaboración de una estructura de comunicación mediante una apropiación de la información	Apropiación de la información	Establecimiento de estrategias de la información	Análisis crítico sobre la información obtenida
Visualización de la realidad	(Carteles) sobre lo que vemos en internet	Detectar aspectos que comparten los usuarios mediante la interacción virtual	Observar aspectos que no se apegue a la realidad dentro de las diferentes aplicación donde interactúan los participantes	Saber segmentar la información recibida dentro de este modelo de comunicación
Cinemanía	(Video club) Con películas que arrojen un debate sobre la utilización de herramientas electrónicas	Visualización de películas primeros hallazgos	Análisis más profundo sobre las actividades vistas en los filmes	Un análisis crítico sobre las coincidencias que hay, con la vida cotidiana de los participantes
De la mano del otro	(Taller de concientización) crear lazos, los cuales puedan ayudarlos a formar comunión y saber participar en equipo determinando su	Observar las ventajas de poder pertenecer a un equipo	Checar las funciones que puedes desarrollar en dicho equipo	Poder conformar equipos que puedan buscar un fin único, resaltando el aporte de cada miembro.

	lugar y su importación dentro del grupo			
--	--	--	--	--

3.3 Beneficiarios del Plan de comunicación directos e indirectos.

El plan de comunicación, que se presenta pretende promover es un proceso de desintoxicación de los usuarios, que tiene un manejo amplio y continuo de las diferentes herramientas electrónicas, podemos encontrar hoy en día, este plan pretende cubrir a diferentes participantes, estoy incluidos estudiante de la Preparatoria Salvador Allende IEMS, que se encuentra ubicada en la alcaldía de la Gustavo A Madero de la ciudad de MÉXICO, los participantes podrán ser incluidos, tanto del turno vespertino como matutino, los participantes entrarán en un rango de edad que va entre los 15 a los 19 años.

El plan será estructurado entre mujeres y hombres, los cuales sean nativos digitales (Prensky, 2013) sobre el uso de herramientas electrónicas y esta vinculación con las diferentes plataformas que ofrece el Internet, sin mencionar que la colaboración de los maestro es elemental para la estructura de este plan, ya que ellos, ya cuentan con lazos de comunicación que pueden ser de vital importancia para el reforzamiento de la comunicación con los estudiantes, aun así podremos gran énfasis, en conocer las diferentes herramientas electrónicas a las que los estudiantes tienen acceso.

Este plan esta plantado a estudiantes de la Preparatoria Salvador Allende IEMS, que se encuentra ubicada en la alcaldía de la Gustavo A Madero de la ciudad de MÉXICO, pero con ello lleva la participación indirecta de los padres de familia, tutores o personal académico dentro del plan, se busca fomentar la moderación de el uso de los teléfonos smartphone, los participantes podrán platicar su experiencia con los demás compañeros y poder compartir su vivencia y comentar los objetivo de los talleres, en los cuales estuvieron envueltos.

En relación con los padres de familia y el sector académico, tendrán conocimientos de la jornada de los talleres, esto para incentivar la idea de la moderación en el uso de sus dispositivos y que sea compartida con las y los estudiantes, y que ellos mismo adopten también, con la idea de la reducción de dispositivos móviles, y fomentar una interacción cara cara.

3.4 Descripción de los perfiles sociodemográficos, socioeconómico y psicográficos de los beneficiarios y/o público

Los datos recabados nos dan un camino más amplio, para esto la encuesta que se implementó a las y los estudiantes de la Preparatoria Salvador Allende IEMS que se encuentra ubicada en el norte de la ciudad de México, en la alcaldía Gustavo A. Madero, los participantes son Mujeres y Hombres de ambos turnos.

Sociodemográficos

1. La Ciudad de México ocupa el lugar número 1 en población a nivel nacional
2. La demarcación territorial de la Gustavo A. Madero es 1 millón 173 mil 351 habitantes
3. La alcaldía Gustavo A. Madero, cuenta con 108 planteles de nivel Medio Superior
4. El Plantel Salvador Allende IEMS es el segundo Plantel del sistema, Instituto de Educación Media Superior de la Ciudad de México, que se abrió en la demarcación de la Gustavo A Madero.
5. El grado promedio de escolaridad de la población de 15 años y más edad es de 11.5 lo que equivale a poco más de según año de BACHILLERATO.
6. La Ciudad de México cuenta con una matrícula de alumnos que estudian, el Medio superior que equivale en mujeres a 232,052 y hombres 228,091

Socioeconómicos

1. La Gustavo A. Madero cuenta con industrias manufactureras con 36.5% de la producción bruta
2. La Ciudad de México ocupó el primer lugar en la producción brutal total y la alcaldía Gustavo A. Madero se localiza en la décima posición con una participación del 2.1 por ciento
3. Las industrias manufactureras generan el 20% del empleo para los hombres residentes de la demarcación
4. Poco más de 180 mil residentes de la alcaldía son menores de 15 años
5. La colonia donde se encuentra la preparatoria es Constitución de la República y habitan alrededor de 11,622 personas con una edad promedio de 34 años y una escolaridad promedio de 10 años cursados.
6. Grado de marginación medio

Psicográficas

1. Gustos e intereses en común entre los estudiantes en relación con redes sociales y aplicaciones de internet
2. Desconocimiento de prevención de malos hábitos por uso de herramientas electrónicas
3. Comportamientos adquiridos por el uso de teléfonos móviles.
4. Una gran parte de los estudiantes tiene un uso prolongado de herramientas electrónicas.

3.5. Descripción de los participantes. Actores involucrados: instituciones, grupos, asociaciones, etc.

Actores sociales involucrados en la crisis

Actores Sociales Involucrados en la Crisis

Características que se buscan en los participantes de los talleres

Estudiantes de ambos turnos.	-Participantes, inscritos en el semestre en curso.
Estudiantes de ambos turnos.	-Que los participantes cuenten con manejo de un año, al menos de teléfonos smartphone.
Estudiantes de ambos turnos.	-Que cuenten con un propio teléfono smartphone.
Estudiantes de ambos turnos.	-Que la edad concuerde con el plan definido.
Estudiantes de ambos turnos.	-No hay limitación por el género.
Estudiantes de ambos turnos.	-Que tengan manejo de redes sociales.
Estudiantes de ambos turnos.	-Que sus horarios no choquen con sus horarios de clase.
Estudiantes de ambos turnos.	-Por lo menos que tengan un uso de más de una hora en redes sociales u otras aplicaciones.
Estudiantes de ambos turnos.	-Rendimiento escolar, tanto bajo como alto, por parte de los estudiantes.
Estudiantes de ambos turnos.	-interés propio de los estudiantes.

3.6 Desarrollo de la estrategia a partir de un programa táctico (marco lógico). Programa Táctico

Si bien el taller muestra una fuerte intención, en producir sensación de poder comprender y analizar los medios en los que se encuentran envueltos los individuos, el taller está relacionado al tipo de comunicación interpersonal, para buscar un camino donde se tenga el concepto de la actividad por la que pasa el cerebro, visualizando las funciones que maneja la mente humana, la explicación y el entendimiento de uno de los procesos más complicados que tiene el cuerpo humano, tomando aspectos de la neurociencia y el funcionamiento cerebral, dentro de la concepción de la mente humana, al poder ver estos beneficios reflejados, en la abstracción de la información de su entorno, en el cual podrán entender, más a detalle cómo tiene una gran facilidad, por el manejo de nuevas tecnologías.

Esto indica, que puedan aplicarlo, no solo en el manejo de aparatos eléctricos, si no en cualquier aspecto de su vida cotidiana, aportando herramientas a las y los individuos basará una manera más fácil de poder entender y comprender nuevas ideas o mejor dicho, que ellos provoquen nuevas conexiones neuronales, todo esto para poder tener un mejor manejo mental más amplio y recalcar los limitantes que tendrán, esto es mencionado; para que utilicen el entramado neuronal que posee cada individuo, pero no muchos lo conocen.

Esto se verá reflejado en diferentes aspectos ya sean: en leer, el recordar una dirección o recordar información importante, el bailar, o el simple hecho de poder entender con mayor facilidad las cosas, se busca que el individuo, cree vínculos propios, los cuáles serán sus herramientas para la comprensión de la nueva información, que recibe todos los días y que a sí mismo la decodifique, la estructuren y que la hagan propia.

3.7 Descripción de la estrategia con relación a las tácticas que se sugieren para llevarse a cabo.

Si bien el medio en el que se aplique dicho trabajo, será la modalidad de un taller donde podremos ver las diferentes reacciones que tengan los participantes, es elemental, ya que podremos ver si el taller está cumpliendo con el objetivo deseado. Uno de los entornos que se busca es que, en las escuelas de nivel medio superior, los participantes tendrán un sumergimiento a los componentes que hacen posible que ellos manipulen con gran facilidad las nuevas herramientas tecnológicas, hay un proceso de apropiación de dicha información y sobre todo de decodificación de la información.

El proceso del taller está compuesto por tres fases; pero encaminadas a que su conocimiento sea de manera en la que ellos puedan ir construyendo, ya sea con los ejemplos, la exposición o los juegos en los cuales podremos entender cómo podemos dirigir un mensaje de manera tan rápida, y que tengamos una manera de reacción inmediata a las acciones dadas. Mediante -El cerebro-. Creemos que una de las maneras más amplias y sobre todo, divertidas, es la misma interacción con personas, las cuales atribuyen conocimiento uno del otro, creando vínculos de información y sobre todo, decodificando de mejor manera la información.

Sin duda, un taller con estas características podría ser fácil de trasladar de escuela a escuela, y sobre todo, es muy digerible para los estudiantes de la preparatoria IEMS Salvador Allende que se encuentra en la alcaldía Gustavo A. Madero, haciendo posible que aprendan de una manera más amplia la organización, en la que ellos procesan su entorno, se reitera que no necesitamos ser maestros en la materia para poder entender el proceso del pensamiento humano.

La accesibilidad del taller da un hincapié para cualquier escuela que quiera implementarlo y no solo eso, en este taller podemos encontrar que se puede extender en diferentes temas referentes al cerebro, qué podrá ayudar al proceso de aprendizaje, no solo en preparatoria si no, en cualquier nivel e incluso aplicarlo en escuelas de aprendizaje especial.

Recursos necesarios
ESTRATEGIA 1

Aplicación comunicativa: Divulgar a las y los estudiantes de la preparatoria Salvador Allende, las diferentes causas y hábitos que se generan mediante la utilización de teléfonos móviles y poder cambiar y modificar acciones y comportamientos, que van de la mano, llevando enfermedades y el sedentarismo o exclusión de los usuarios.

Técnicas	Recursos Humanos	Inicio	Final	Tiempo de Aplicación	Recursos Económicos	Materiales	Aplicación de Técnica
Técnica 1	Capacitador	Agosto	Diciembre	seis meses	Capacitador 21,000 toda la campaña	-aula -sillas -equipo de cómputo -pizarrón -Gises -equipo didáctico	A 3 pasos de tu cerebro
Técnica 2	Diseñadores de trípticos	Septiembre	Noviembre	Tres meses	\$1000 por el diseñador	-Papel - equipo de cómputo - Impresora	El cerebro y la memoria
Técnica 3	Diseñador	Agosto	Febrero	8 meses	\$1650 Por el diseñador e impresión	-Papel - equipo de cómputo - Impresora	Rótulos de percepción
Técnica 4	Editores de audio	Agosto	Febrero	8 meses	\$700 por capítulo Edición Toda la temporada 4,900 pesos	-Cabina - Micrófonos -Equipo de computo -Papel -Audífonos	Spot 7

Total: 28,550 pesos mexicanos, se necesitan para la realización de la estrategia 1.

Estrategia 2

Aplicación Comunicativa: desarrollo de habilidades y de Nuevos Hábitos Comunicativos; se podrá desarrollar confianza entre los diferentes usuarios.

Técnicas	Recursos Humanos	Inicio	Final	Tiempo de Aplicación	Recursos Económicos	Materiales	Aplicación de Técnica
Técnica 1	capacitador	Agosto	Diciembre	Seis meses	Capacitador 21,000 toda la campaña	-aula -sillas -equipo de cómputo - pizarrón -Gises Equipo didáctico	Identificar identidades
Técnica 2	Diseñador	Octubre	Diciembre	Tres meses	\$1000 por el diseñador	-Papel -equipo de cómputo - Impresora	Visualización de la realidad
Técnica 3	Personal de monitoreo	Septiembre	Noviembre	Tres meses	Proyector \$598.78 Conexión a una red de internet \$389.50 Personal de monitoreo \$350	-Equipo de computo - Conexión a internet - Proyector	Cinemática
Técnica 4	Capacitador	Agosto	Enero	Seis meses	Capacitador 33,000 toda la campaña	-aula -sillas -equipo de cómputo	De la mano del otro

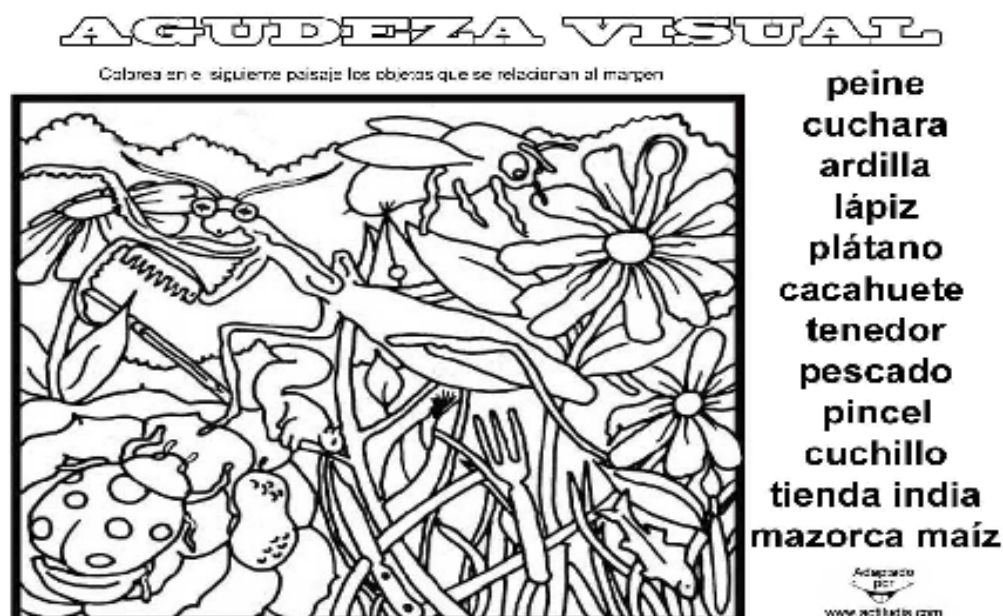
					a	- pizarrón -Gises Equipo didáctico	
--	--	--	--	--	---	--	--

Total: 23,338.28 pesos mexicanos, se necesitan para la realización de la estrategia 2.

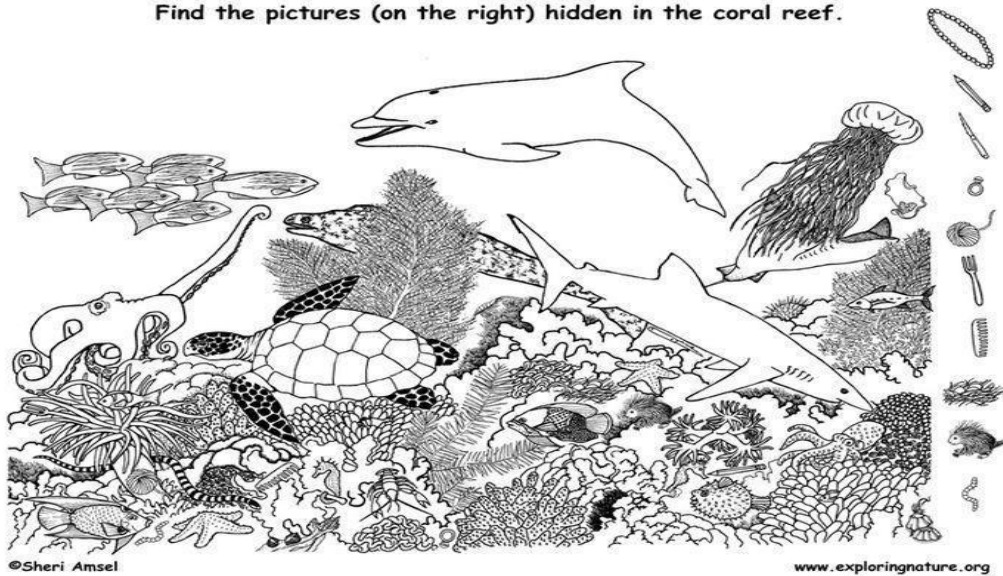
3.8 Ejecución de las tácticas

Propuesta de Destreza

Con este tipo de ejercicios se busca fortalecer y mejorar las habilidades visuales, como el enfoque, la velocidad de procesamiento visual, la convergencia, el seguimiento ocular y la coordinación mano-ojo, esto busca que se aplique en las diferentes circunstancias en la que las y los estudiantes tengan enfrente, y poder lograr tener actividades fuera del uso de teléfonos inteligentes.



Find the pictures (on the right) hidden in the coral reef.



©Sheri Amsel

www.exploringnature.org



Escaleta: Promo, Reducción del uso de nuevas tecnologías

Martes 04 de abril 2023

Programación

Proyecto radio MX

Horario de transmisión

De 09:00 am a 11:00 pm

Tema:

Reducción del uso de nuevas tecnologías

Posición	Operador	Locutor 1	Locutor 2	Tiempo
1	Entra rúbrica, canción dura 15 segundos Gms - juice, desciende a fondo			00:00:15
2		entra locutora 1 Mamá: ¡oye!, ya deja eso, que vamos a comer		00:00:04
3	Entra efectos de teléfono celular se mantiene por 3 segundos		locutor 2 Hijo: ¡Ay mamá! ya voy, a demás ni hambre tengo	00:00:03
4	Entra efecto de golpe en mesa, por 2 segundos	locutora 1 Mama: que te sientes a comer y deja el celular que tengo que decirte algo		00:00:02
5	Entra efectos de teléfono celular se mantiene por 3 segundos		locutor 2 Hijo: si mamá dime, jajaja mira mama este tik tok jajaja	00:00:04
6	Entra efecto agua hirviendo se mantiene por 5 segundos y pasa a segundo	locutora 1 Mamá voy a ir con tu tía al mercado, te voy a dejar la olla		00:00:06

	plano	expres, la apagas a la media hora, ¡deja el celular y ponme atención		
7	Entra efectos de teléfono celular se mantiene por 3 segundos		Locutor 2 Hijo: ¡ay! mamá si ya te oí, acuérdate que aunque esté viendo mi celular también te pongo atención	00:00:5
8	Entra efectos de silla arrastrándose por 1 segundo	Locutor 2 muy bien, te encargo, ya deja el celular que ni has comido, y se te va enfriar la comida		00:00:05
9	Entra efecto de pasos, por 4 segundos y se desbanece			00:00:04
10	Entra efecto de olla expres y agua hirviendo se mantiene el efecto		locutor 2 hijo: jajajaja este tik tok esta bien chido jajaja	00:00:05
11	Entra efecto de reloj Tic tac por 3 segundos			00:00:03
12	Entra efecto de explosión por 4 segundos		locutor 2 Hijo: ¡ahaha! pero que paso, es la olla, pues cuanto tiempo paso	
13	Entra efecto de reloj Tic tac por 3 segundos			00:00:03

14			Locutor 2 Hijo: ¡Que! ya pasó más de una hora, con razón exploto, jajaja, pero mi mama me va matar.	00:00:03
15	Entra efecto de gente corriendo por 4 segundo	Locutor 1 Mamá: ¡qué pasó!, te explotó la olla, que no lo apagaste cuando te dije, todo por estar viendo el celular		00:00:06
16	Entra rúbrica, canción dura 10 segundos Gms - juice.			00:00:10
17	Fin	Fin	Fin	Fin

Propuesta de cartel para los talleres.



Cartelera de Cinemanía

Cartelera de Cinemanía Video club

Título	Duración	Canal de transmisión	Año
La inteligencia del poder de la mente	53:06	YouTube, canal docutami	2017
Pon en forma tu mente	20:09	YouTube, canal complexus	2016
El cerebro no busca la verdad sino sobrevivir	29:08	YouTube canal complexus	2011
El cerebro inconsciente el cerebro humano	52:05	YouTube canal Israel vlz	2014
El poder del cerebro humano	1:30:30	YouTube canal abdiel Games	2020
Conciencia, el poder de la mente	1:04:32	YouTube canal Lawrence Crosson	2017
The Truman show	1:03:15	Mercado Play	1998

3.9 Cronograma

Mes	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero
Estrategia 1							
Técnica 1							
Técnica 2							
Técnica 3							
Técnica 4							
Estrategia 2							
Técnica 1							
Técnica 2							
Técnica 3							
Técnica 4							

Nota: La intervención comienza del 21 de agosto del 2026 y finaliza el 15 de febrero del 2027, los cambios en algunas fechas se debe, porque se acopla al calendario escolar por parte de la Institución Académica.

3.10 Diagrama del plan táctico

Observación de la Problemática Plan Prevención de uso de Teléfonos Smartphone en Estudiantes de la Preparatoria Salvador Allende IEMS II

Proceso Metodológico Investigación y recolección de información con Técnicas metodológicas cuantitativas y cualitativas Para poder realizar un plan que nos ayude a efectuar un diagnóstico, estas herramientas son esenciales para la captación de la información de la crisis a la que se pretende atacar.	Plan Táctico Desarrollo de tácticas y estrategias el plan se encuentra estructurado por: Estrategia 1 Táctica 1-(Taller de concientización) Táctica 2-(Tríptico Visualizar y dar a conocer diferentes conceptos) Táctica 3-(Carteles) Táctica 4-(Podcast que será difundido en los diferentes canales de comunicación) Estrategia 2 Táctica 1-(Talleres cognitivo elaboración de una estructura de comunicación) Táctica 2-(Carteles sobre lo que vemos en internet) Táctica 3 -(Video club Con películas que arrojen un debate) Táctica 4-(Taller de concientización, crear lazos, los cuales puedan ayudarlos a formar comunión)
--	---

Actores Sociales Involucrados en la Crisis -Estudiantes de ambos turnos. -Personal Académico Maestros. -Padres o Tutores de los Estudiantes.
--

Programación e Implementación del Plan Táctico

Estrategia 1

Táctica 1-(A 3 pasos de tu cerebro) indica el 21 de agosto 2023, finaliza el 15 de diciembre 2023

Táctica 2-(El cerebro y la memoria) inicia el 4 de septiembre 2023, finaliza 25 de noviembre 2023

Táctica 3-(Rótulos de percepción) inicia el 21 de agosto 2023 finaliza el 15 de febrero 2024

Táctica 4-(Spot 7) Inicia 28 de agosto 2023 finaliza 12 de febrero 2024

Estrategia 2

Táctica 1-(Identificar identidades) inicia 28 de agosto 2023 finaliza el 15 de diciembre 2023

Táctica 2-(Visualización de la realidad) inicia 10 de octubre 2023 finaliza el 15 de diciembre 2023

Táctica 3-(Cinemanía) inicia 4 de septiembre 2023 finaliza 23 de noviembre 2023

Táctica 4-(De la mano del otro) inicia 28 de agosto 2023 finaliza 22 de enero 2024

CAPÍTULO 4. PROPUESTA DE EVALUACIÓN DEL PLAN ESTRATÉGICO Y TÁCTICO.

Evaluación del plan comunicativo

- Esta evaluación se realizará el 15 de febrero de 2025.
- Se pretende contar con todos los participantes, como también con maestros y padres o tutores de familia.

4.1. Selección y justificación de técnicas e instrumentos de evaluación.

- Prueba (antes de ejecución).

Hola como están, espero nos pueda contestar una pequeña encuesta, tenga por seguro que toda la información que nos proporcione será utilizada con confidencialidad y no haremos mal uso de los datos que nos proporcione

En este sentido, siéntase libre de compartir sus ideas en este espacio. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas, lo que importa es justamente su opinión sincera.

Sexo: (F) (M)

Edad: _____

Turno: _____

1- ¿Crees que participar en talleres de prevención en uso de teléfonos smartphone tuvieron un impacto, con el uso de herramientas electrónicas

A) SI B) NO

2- ¿Crees tener hábitos que estén relacionados con los teléfonos smartphone?

B) Si,

Cuáles: _____

C) B) NO

3- ¿Sabes cuánto tiempo inviertes en tu celular al día?

A) SI

TIEMPO _____

B) NO

4. ¿Adicionalmente a tu celular manejas herramientas electrónicas en tu día a día?

- A) SI
- B) NO

5. ¿En tu experiencia, conoces algún padecimiento por el uso de herramientas electrónicas?

- A) Si

Cuales:

- B) NO

6- ¿Te gustaría participar en activades, donde tendrás que hacer equipo con otra persona?

- A) SI
- B) NO

7- ¿Crees que es mejor tu comunicación con tus compañeros, por alguna red social?

- A) SI
- B) NO

8. ¿Qué piensas cuando te dicen, en moderación de tiempo en tu dispositivo móvil?

9-¿Que esperas de los talleres y su tema prevención del uso de teléfonos smartphone?

10 ¿Consideras importante que se haga una jornada de prevención sobre el uso de herramientas electrónicas?

- A) SI
- B) NO

- Monitoreo (durante la ejecución)

Hola como están, espero nos pueda contestar una pequeña encuesta, tenga por seguro que toda la información que nos proporcione será utilizada con confidencialidad y no haremos mal uso de los datos que nos proporcione

En este sentido, siéntase libre de compartir sus ideas en este espacio. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas, lo que importa es justamente su opinión sincera.

Sexo: (F) (M)

Edad: _____

Turno: _____

1- ¿Cómo nos diríamos que te has sentido en este momento en las actividades de los talleres

A) BIEN

B) MAL

2- ¿Te ha llamado la atención algún tema, hablado en los talleres?

D) Si,

B) NO

3- ¿Has tenido interacción con los demás participantes del taller?

B) SI

C) NO

4. ¿Hasta el momento que película te ha gustado más y por qué?

5. ¿En las actividades de destreza tu comunicación con tus compañeras ha sido buena o mal?

A) Buen

B) MALA

6- ¿El monitor que imparte el taller, es claro con los temas y comprendes la información que te ofrece?

- A) ES CLARO
- B) NO LE ENTIENDO

7- ¿Coméntanos como es tu experiencia cuando te surge una duda, se te resuelve en ese momento?

8. ¿El material que se te proporciona durante el taller, es adecuado para la actividad?

- A) SI
- B) NO

9 ¿El tiempo que se invierte en el taller, crees que sea el adecuado?

- A) ES ADECUADO
- B) NO ES ADECUADO

10 ¿Con el tiempo que llevas en el taller, este te invita a concluir con la temporada del taller?

- B) SI
- B) NO

- Evaluación (al término de la ejecución)

Hola como están, espero nos pueda contestar una pequeña encuesta, tenga por seguro que toda la información que nos proporcione será utilizada con confidencialidad y no haremos mal uso de los datos que nos proporcione

En este sentido, siéntase libre de compartir sus ideas en este espacio. Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas, lo que importa es justamente su opinión sincera.

Sexo: (F) (M)

Edad: _____

Turno: _____

1- ¿Crees que los talleres tuvieron un impacto en tu mirada a las nuevas herramientas electrónicas?

A) SI B) NO

2- ¿Al participar en estos talleres, pudiste detectar hábitos que tengas relacionados con los teléfonos smartphone?

E) Si,

Cuáles: _____

F) B) NO

3- ¿Pudiste detectar cuánto tiempo inviertes en tu celular al día ?

D) SI B) NO

4. ¿Crees que estos talleres te hayan creado una concientización sobre tu uso de las nuevas tecnologías de tu día a día?

A) Si me ayudan B) No me ayudan

5-¿En tu experiencia, consideras que los talles fueron adecuados o te ayudaron para crear conciencia sobre el uso de herramientas electrónicas?

A) Si

Cuales:

B) NO

6- ¿El grupo de películas que se te mostraron tuvo un impacto en tu vida cotidiana?

A) SI

Porque _____

B) NO

7-Al ver los carteles que se pusieron dentro del plantel, ¿Te motivaron a poder tomar el taller?

A) SI B) NO

8. ¿Recuerdas algunos de los temas que se vieron dentro de los talleres o películas?

A) Si. ¿Cuales?

B) No

9-Durante el proceso de los talleres, ¿te diste cuenta de que hubo una reflexión interna, sobre la prevención del uso de teléfonos smartphone?

A) SI B) NO

10 ¿Cómo fue para ti la adaptación y la utilización de herramientas electrónicas, después de tomar los talleres?

A) Buena B) Ni buena ni mala C) Mala

Análisis FODA

Fortalezas	Oportunidades
-Materia prima	-Fomentar una prevención en usos de herramientas electrónicas
-Participantes	-Fomentar nuevos hábitos
-Poder gestionar las emociones	-Controlar los niveles de ansiedad de los estudiantes
-Materiales baratos	-Aprender a controlar emociones

Debilidades	Amenazas
-Poco interés de los participantes	-Fechas que se pueden suspender por el calendario escolar
-Poca ayuda de la preparatoria IEMS	-Inasistencia de los participantes
-Recursos limitados	-Abandono de los talleres, sin concluirlos
	-Mala cobertura de los anuncios

4.2 Alcances y límites del Plan de Comunicación presentado.

Es importante destacar que se encontró con oportunidades y desventajas desde el principio, pero no limito la realización de este plan comunicacional, para poder estructurar los objetivos alcanzables y poder determinar, como son recibidos los mensajes dentro y fuera de los talleres; en el interior de la comunidad estudiantil, entendiendo que se puede expandir el taller a más participantes, incluyendo los dos turnos que maneja la preparatoria Salvador Allende IEMS.

Por lo tanto, se ha encontrado que la difusión en diferentes canales de comunicación podría ser una buena opción para la distribución y promoción de la jornada de talleres, que se llevara a cabo, en espacios libres que determine la misma institución y sin interrumpir la jornada de la comunidad estudiantil, otorgando horarios flexibles, para que los estudiantes no pierdan clases, y que esto incentive a la participación colectiva de los demás estudiantes, provocando interés y obteniendo mayor asistencia.

De esta forma también podemos encontrarnos con problemas de logística dentro del plantel, recordemos que, los talleres requieren un lugar donde los estudiantes puedan estar cómodos y tener atención a los temas que se están abordando, y por tal motivo se requiere un aula, esto podría ser un limitante dentro de la jornada de talleres y propicie que se tenga que suspender la actividad, por no tener un espacio apropiado para la realización de las actividades.

Frente a esta situación la asignación de espacios siempre estará determinada por las autoridades del plantel, limitando un recurso que es fundamental para la parte de “Cinemanía” donde se requiere de diferente material, para la reproducción de las películas que se pretenden exhibir, ya que esto es un factor externo no podemos controlarlo. De igual forma se ha planteado que la sobre explotación de los mensajes en los diferentes medios de comunicación, puede llegar a generar un desinterés por parte de los estudiantes.

Confrontar a que el mensaje, sea aburrido y repetitivo, que no genere el interés deseado, provocando una fatiga a los estudiantes, por parte del mensaje enviado, ocasionar que comiencen a abandonar o ni siquiera participar en los talleres, y no generar el impacto deseado.

4.2.1 Consideraciones éticas del Plan táctico

Características éticas de los talleres

Responsabilidad Tener una línea de información amplia, concreta y simple de entender con nuestro público meta, relacionado con la prevención del uso de herramientas electrónicas.	Autenticidad Se informará a tiempo y ampliamente, sobre los efectos tanto positivos como negativos, sobre el uso de dispositivos que cuenten con una conexión de internet, basado en textos e investigaciones científicas.
Tolerancia El contenido de los diferentes talleres como anuncios o spots de radio, se tendrá un respeto a los diferentes participantes, haciendo una gran invitación a todo el público, donde no se contará con ningún aspecto de discriminación de ninguna índole, poniendo como base principal la tolerancia.	Claridad Los talleres, tomarán un hilo de respeto y se proporcionará una integridad en cada paso de los talleres, tomando como cuenta la rectitud y el compromiso de información verdadera, y otorgando datos comprobables.

CONCLUSIONES

A partir del análisis presentado, tenemos que recordar que el contexto social en el que se encontraban los individuos, mostró un precedente para las sociedades, reacondiciono algunos aspectos de comunicación y movilidad por parte de los individuos, con la llegada del SARS-Cov-2 y la enfermedad que causa COVID-19, los diferentes núcleos sociales tuvieron que tomar medidas para continuar con la vida cotidiana, tomando como herramienta, las nuevas tecnologías, los seres humanos tuvieron un proceso de adaptación a estas nuevas herramientas.

Gracias a esta adaptación, los trabajos y las escuelas tuvieron una opción que les otorgaba poder continuar con sus actividades. Mediante el proceso de la investigación y la información recolectada, encontramos un aumento en los diferentes dispositivos, los cuales se vieron reflejados en el confinamiento por el SARS-Cov-2, pero este aumento continuo, cuando las nuevas reglas de convivencia surgieron, ya que las actividades que se llevaban vía internet, facilitaban el acceso a diferentes plataformas, donde los estudiantes tuvieron una adaptación y una nueva forma de estudiar, así como de relacionarse a través de las redes socio digitales.

En fin, retomando lo expuesto podemos ver las dimensiones, en las que se enfrentan las y los estudiantes con el uso que hay por parte de las nuevas tecnologías, comprendiendo la estructura de la información que se maneja de manera más rápida, procesando información, pero en algunos casos no se retiene tal información, ya que se perdían aspectos básicos de la comunicación, esto fue retomando de gran parte, por parte de los estudiantes, cuando se les entrevistó para la obtención de información, mostrando, una relevancia, en el uso de su teléfono celular para las diferentes actividades, que ellos realizan, tanto dentro, como fuera de la escuela.

Durante el proceso de las entrevistas, muchos estudiantes resaltaron tener, un aspecto de relación afectiva con sus teléfonos, un sentimiento que fue expresado cuando a los estudiantes se les cuestionaba, esto fue algo que no contemplábamos y que abrió un nuevo camino, para entender el uso constante que reflejaban los estudiantes después del confinamiento, esta adaptación que los estudiantes estuvieron expuestos, no fue nada desconocida, ya que el 100 por ciento ya tenía, un uso o un acercamiento a estas herramientas.

Desde adentro de sus hogares, por tanto, los estudiantes manejan un nuevo modelo de comunicación, que se respalda dentro de las aplicaciones que se encuentran en internet, dejando

a un lado la interacción cara a cara. Estos nuevos modelos de comunicación, que no son sólo entre los estudiantes, si no cualquier usuario de internet, se está adaptando para poder integrarse a estos nuevos núcleos sociales, captando e integrando la información adquirida para su manejo en estos nuevos lugares, para su interacción con más usuarios.

Con relación a lo antes expuesto, podemos ver los caminos, en los cuales nos desarrollamos, tomando en cuenta que este no es un caso aislado, de esta preparatoria, si no que todos los humanos entramos a este nuevo modelo de interacción social, donde la demanda es masiva y que contiene aspecto como diversión, compra, entretenimiento, afianzando en diferentes sectores sociales, que por otra parte también ha facilitado las diferentes actividades de los usuarios hacen, reduciendo tiempos en sus tareas cotidianas, lo cual a los diferente usuarios les gusta aunque no a todos,

La evidencia presentada, nos muestra que los diferentes individuos mostraban un aspecto de recompensa por la utilización de diferentes herramientas que se encuentran en estos sitios virtuales, tomado en cuenta, la gran oferta que los usuarios encuentran. Aun así, los estudiantes mostraron gran aceptación por la reincorporación a sus clases presenciales, sin dudar que también se utilice las herramientas, las cuales ya manejan y ya se adaptaron. Para esto encontramos un nicho de oportunidad, para el desarrollo de diferentes actividades dentro, de los diferentes núcleos sociales haciendo hincapié a la comunicación personal y una interacción cara a cara.

En resumen, los datos obtenidos por la información y los estudios que fueron aplicados, a las y los estudiantes para la obtención de datos, nos revelan que los jóvenes estudiantes, no están inconformes con las nuevas herramientas y aunque ellos mencionan, que el usos ha ido en aumento no les molesta, ya que es algo con lo que han manejado durante la mayor parte de sus vidas, este acondicionamiento a expuesto no solo en esta generación, sino, también en las nuevas generación que estará obligadas a adaptarse a esto medios de comunicación e interacción con los demás, obteniendo un acceso a la información libre, que aunque esto sea así, no condiciona a los individuos a extraer esto, sesgando en los interés personales de cada persona.

En conclusión, todo estamos expuesto a estas herramientas electrónicas, no podemos alejarnos de estas herramientas, las cuales, no solo facilitaron aspectos sociales; para esto se busca que

el uso de estas herramientas electrónicas se mantenga en un tiempo determinado, que el usuario determine, esto proporciona una organización personal en su demás tareas, sin olvidar, que esta comunicación digital, proporciona una libertad a los usuarios, que hoy en día, hay una construcción colectiva de nuevos aspectos, donde los usuarios se sienten identificados.

Donde existe un carácter de identidad colectiva, aun así se busca que la comunicación cara a cara siempre sea primordial y no una opción para los usuarios, la investigación nos arrojó aspectos que están en crecimiento, como aplicación que te pueden resolver aspectos académicos, sin que los individuos intervengan en algún trabajo académico, es importante regular aspectos de la utilización de herramientas dentro y fuera de las aulas, no solo lleva una responsabilidad colectiva, sino, también de las instituciones académicas.

REFERENCIAS

- Alsina, M. (1997). Elementos para una comunicación intercultural. CIDOB d'afers internacionals, (60) ,11-21.
- Adell,S.(1995). La navegación hipertextual en el World-Wide Web: implicaciones para el diseño de materiales educativos. España:Palma de Mallorca.
- Alonso, F. (2003). Las nuevas adicciones. España: Tea Ediciones.
- Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: Un nuevo reto Adicciones, vol. 22, núm. 2, 2010, pp. 91-95.
- Aldaya, V. L. R. (2015). Hacia una teoría personalista de la comunicación interpersonal. Quistión/Cuestión, 1(48), 188-198.
- Almazán, R. S. (2019). Soy adicto al celular y cómo superarlo. Universitaria, 2(11),34-35.<https://revistauniversitaria.uaemex.mx/article/download/12106/9573>
- Ayala Ibarra, U. (2004) Propuesta de instalación de una red inalámbrica para la comunidad estudiantil de la Escuela Preparatoria Texcoco.
- Astudillo Calderón, A. P., & Rosas Calderón, A. P. (2012). Diseño y ejecución de un plan de comunicación para contribuir a disminuir la migración en las zonas periféricas del Azuay y Cañar (Bachelor's thesis).
- Anguiano Serrano, S. A., Olvera Méndez, J., Mendoza Espinosa, M. Ángel, Rosas Juan, A. J. (2022). Evaluación y detección de las consecuencias psicológicas en las adicciones conductuales. Revista Electrónica De Psicología Iztacala, 25.(1). <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/82194>
- Blúmer, H. (1982). El interaccionismo simbólico (p. 69). Barcelona: Hora.
- Bertalanffy, L. (1996), Teoría general de los Sistemas. México: Fondo De Cultura Económica.
- Barrios-Borjas, D. A., Béjar-Ramos, V. A., y Cauchos-Mora, V. S. (2017). Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia, Revista chilena de neuro-psiquiatría, 55(3), 205-206.
- Cabrillana, N. (1968). La crisis del siglo XIV en Castilla: la peste negra en el obispado de Palencia. Hispania, (122)28, 109.
- Cortez Reyes, R. A., Campos Solórzano, M. R., Navarrete Gálvez, P. M., Campos Morán, S. E., Gutiérrez Quintanilla, J. R., Lobos Rivera, M. E. y Ramos, E. (2020), Edición especial Investigaciones COVID-19.

- Coto, E. (2002), La viruela: Peste del pasado, amenaza del presente. Química Viva, 1(1), 5-14.
- Cerdeña, J. & Valdivia, G. (2007). John Snow, la epidemia de cólera y el nacimiento de la epidemiología moderna. Revista chilena de infectología, 24(4), 331-334.
- Casmir, F. L. (1993). Construcción de una tercera cultura: un cambio de paradigma para la comunicación internacional e intercultural, Anales de la Asociación Internacional de Comunicación, 16(1), 407-428.
- Carr, N. (2014). Atrapados: cómo las máquinas se apoderan de nuestras vidas. Taurus.
- Common Sense Media: reseñas de medios basadas en la edad para familias. (s/f). Medios de sentido común, de <https://www.common sense media.org/>.
- Castells, M., Galperin, H., & Fernández-Ardèvol, M. (2011). Comunicación móvil y desarrollo económico y social en América Latina (Vol. 8). Fundación Telefónica.
- Dakota del norte, Psiquiatría, org. <https://www.psychiatry.org/news-room-s-releases/asociacion-americana-de-psiquiatria-publica-el-man>
- Estanyol E. (2017). ¿Cómo elaborar un plan de comunicación corporativa? España: Editorial UOC.
- Estudios de Hábitos de Internet en México/AIMX(S.F.). <https://www.asociacion de internet.mx/estudios/habitos-de-internet>
- ENCODAT, (2016). Encuesta nacional de consumo de drogas y alcohol y tabaco 2016-201, Encuesta. insp. <https://encuesta.insp.mx/repositorio/encuestas/ENCODAT2016/index.php>
- Encinas, F. J. L., & González, S. M. V. (2010). Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción. Psicothema, 22(2), 180-188.
- Echeburúa, E., y De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Adicciones, 22(2), 91-95.
- Félix, V., Mena, L. J. Ostos, R., & Acosta, M. (2017). Nomofobia como factor nocivo para los hábitos de estudio. Revista de filosofía y cotidianidad, 3(6), 23-29.
- Fernández, (21 agosto 2024). Statista [es.statista.com] recuperado de Número de suscripciones de

smartphones,anivelmundial,desde2016hasta2029,Statista,<https://es.statista.com/estadisticas/636569/usuarios-de-telefonos-inteligentes-a-nivel-mundial/>

- Gómez Romero (2017). Creadores del futuro: Ciencia para mejorar el mundo (Vol. 27). Universidad de Valencia.
- Goffman Erving (1976). La presentación de la persona en la vida cotidiana, Buenos Aires.
- Gómez Torres J.H. (2004). Planificación estratégica y globalización: un modelo para República Dominicana, Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña.
- Giménez, G. (2009). Cultura, identidad y memoria: Materiales para una sociología de los procesos culturales en las franjas fronterizas. Frontera norte, 21 (41) ,7-32.
- Gómez Romero 2017
- JAMA Pediatría: la ciencia de la salud de niños y adolescentes. (s/f). Jamanetwork.com. de <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics>.
- López Noroña- G. (2010). Apuntes sobre la cibercultura y la alfabetización digital posmoderna. Edición electrónica gratuita.
- Lara, P. T. Y Takahashi, H. (1999). ¿Qué es la adicción? Liberaddictus.
- Malhotra, N. K. (2004). Investigación de mercados: un enfoque aplicado. México: Pearson educación.
- Matoza-Báez, C. M., & Carballo-Ramírez, M. S. (2016). Nivel de nomofobia en estudiantes de medicina de Paraguay, año 2015, Ciencia e investigación médico estudiantil Latinoamericana, 21(1).
- Martin, M. V. (2007). Planificación en comunicación: tres aproximaciones a su finalidad en las organizaciones. Razón y palabra, (55).
- McClain, C. (2022, 28 de abril). Cómo cambiaron las opiniones de los padres sobre el tiempo que sus hijos pasan frente a la pantalla y el uso de las redes sociales durante COVID-19. Centro de investigación Pew.
- De Psiquiatría, A. A. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-V), 2014. Editorial Panamericana.
- Méndez, D. M. B., Peña, J. J. R., y Ramos, M. M. (2017). Formación de maestros enfocada a la construcción de paz desde el reconocimiento y la justicia social. Análisis, 49 (91), 359-380.

- Pew Research center. (2024, 23 octubre). Pew Research Center | Numbers, Facts and Trends Shaping Your World. <https://pewresearch.org/>
- Posada, M. (31 de mayo del 2010). En picada, la telefonía fija; habitantes optan por lamóvil, asegura la Cofetel.LaJornada.<https://www.jornada.com.mx/2010/05/31/economia/025n2eco>
- Navarrete, J. M. (2003). Técnicas cualitativas de investigación en las ciencias sociales. *Investigaciones sociales*, 3(3), 223-256.
- Ochoa Mangado, E., Madoz-Gúrpide, A., & Vicente Muelas, N. (2009). Diagnóstico y tratamiento de la dependencia del alcohol. *Medicina y seguridad del trabajo*, 55(214), 26-40.
- Olabuénaga, R. (2012). Metodología de la investigación cualitativa, (Vol. 15). Universidad de Deusto.
- Oroza Busutil, R., Puente Márquez, Y. (2017). Migración y comunicación: su relación en el actual mundo globalizado. *Revista Novedades en Población*, 13(25), 10-16.
- INEGI, (2022). Comunicado de prensa 29 de noviembre 2022, Encuesta Nacional sobre acceso y Permanencia en la Educación (ENAPE) 2021, <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/ENAPE/ENAPE2021.pdf>
- Hernández Yulcerán, A. (2016).El currículo en contextos de estudiantes migrantes: Las complejidades del desarrollo curricular desde la perspectiva de los docentes de aula. *Estudios pedagógicos*, (Valdivia), 42(2), 151-169.
- Solovieva, Y., & Quintanar, L. Efectos del confinamiento por la pandemia COVID-2020 sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje en los niveles básico y medio en el Estado de Puebla.
- Stauber, Juan Carlos Valdés. Estrategias en el tratamiento de desintoxicación alcohólica. *Adicciones*, 2003, vol. 15, no 4, p. 351-368.
- Sandhusen, R. L. (2002). *Mercadotecnia Internacional*. 1ª edición, Edit. Grupo Patricia Cultural SA de CV, México.
- Shulman, R., Cohen, E., Stukel, T. A., Diong, C., y Guttman, A. (2022).Examination of trenes in diabetes Incidence Among Children During the covid-19

- Rosa Fernández, 21 agosto 2024, Número de suscripciones de Smartphone a nivel mundial desde 2016 hasta 2029, Statista, <https://es.statista.com/estadisticas/636569/usuarios-de-telefonos-inteligentes-a-nivel-mundial/>
- Red JAMA de investigación y comentarios médicos de acceso abierto y abierto. (Dakota del Norte). Jamanetwork.com. Obtenido de <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen>.
- Reyes, M.P. (2015). La encuesta. Obtenido de <http://files.sld.cu/bmn/files/2015/01/laencuesta.pdf>
- Rodríguez, M. A. F., Moreno, S. D., & Gómez, Y. F. (2019). La influencia de los roles de género en el consumo de alcohol: estudio cualitativo en adolescentes y jóvenes en Asturias. *Adicciones*, 31(4), 260-273.
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación* (Vol. 1). Barcelona: p.41 Notas y referencias.
- Wolf, M. (2016). *La investigación de la comunicación de masas*.
- La entrevista telefónica es un método muy utilizado para recopilar algunos tipos de datos. Una encuesta cara a cara, ya sea a domicilio o en la oficina del encuestado es mucho más costosa que una encuesta telefónica.
- Por nivel de escolaridad, 55.7% de la población de educación superior usó de la computadora portátil como herramienta para recibir clases, mientras que 70.2% de los alumnos de primaria utilizó un celular inteligente.
- En 28.6% de las viviendas con población de 3 a 29 años inscrita se hizo un gasto adicional para comprar teléfonos inteligentes, en 26.4% para contratar servicio de internet fijo y en 20.9% para adquirir mobiliario como sillas, mesas, escritorios o adecuar espacio para el estudio.
- La Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2020, tiene como finalidad obtener información sobre la disponibilidad y el uso de tecnologías de la información y comunicaciones en los hogares y su utilización por los individuos de seis años o más en México, para generar información estadística en el tema.
- INEGI presenta resultados de la encuesta para la medición del impacto Covid 19 en la educación (ECOVIED) 2020.
- Comunicado de prensa núm. 98/21 29 de enero de 2021 Ciudad de México INEGI.

Anexos

Transcripción de la entrevista a profundidad No. 1

Nombre: Melani Hernández

Edad: 17 años

1-Lo utilizo para redes sociales, hacer videos, hacer videollamadas, hacer Tiktok, editar fotos y videos de YouTube, es por la comodidad que me da, ya que con un celular es más fácil poder hablar con otras personas, y es más -práctico- no como una computadora, además la computadora es muy pesada, y es más difícil de transportar, porque es muy incómoda traerla, o es más fácil que te la roben o te la quiten, a lo que el celular no, es más pequeño y lo puedo guardar con mayor facilidad.

2- ¡Sí! le tengo aprecio, es como otro miembro de la familia, porque sin él te sientes como incompleto, porque siento que si no lo tengo, creo que me faltan varias cosas, como mis contactos o todo lo que tengo ahí, mis fotografías, mis videos, mi música, es como mi segundo cerebro; porque en él tengo varias cosas que me sirven, ya que en él puedo guardar contactos y fechas importantes y él me recuerda cada fecha importante, como los cumpleaños de mis amigos o familiares.

3- ¡Sí! puedo relacionarlo con varios sentimientos; como el amor, el coraje y la apreciación de que quiero mi celular, no lo sé, mi celular, le tengo un buen sentimiento, porque me aguanta muchas cosas, que muchas personas no me aguantan, aunque sé que no es, un ser vivo, pero se le estima, por ejemplo cuando me enoja lo puedo aventar, ¡y no es como una persona!, que se pueda enojar y puedo ir por él y lo puedo tener en mis manos nuevamente, sin ningún problema.

4-¡Sí! las utilizo y para la distracción familiar, si se puede decir, para poder “desestresarme” del día laboral y escolar, con el puedo poner una película, y me ayuda a que podamos hablar más y platicar del contenido que estamos viendo, la comodidad para ciertas cosas, como el trabajo, la prepa, agendar archivos y con un solo dispositivo electrónico, puedo tener más, y si lo guardo en la nube, puedo tener mi información en cualquier dispositivo que yo quiera.

5-No tengo problemas, ¡no creo! yo siempre he pensado que los utilizo por necesidad, y no creo que tenga algún problema, como ser adicto a mi teléfono celular, -o esas cosas-, no tengo ningún problema.

6- Creo que tendría diferentes sentimientos encontrados, ya que mi teléfono cuenta con mucha información que es vital para mí, como mis contactos y algunas aplicaciones que uso para mí, sobre todo, no podría saber qué está pasando y eso me tendría intranquila.

7-¡Pues no creo!, pero luego la cabeza me duele, no sé si sea por el uso del celular, pero si me duele la cabeza, de ahí en fuera no me duele alguna otra cosa, pero no creo que sea por el uso del teléfono celular, creo que por usar el celular, no tendría por qué dolerme alguna parte de mi cuerpo.

8- Yo siempre que estoy solo o que no conozca a alguien, siempre saco mi teléfono para pasar el tiempo y que no se haga un silencio incomodo, creo que me ayuda a pasar el tiempo, aunque este solo, es como si estuviera con otra persona, por eso siempre saco mi teléfono, cada vez que me encuentro solo o estoy con alguien que no me cae bien.

9- ¡Pues yo creo que sí!, ya que las clases fueron directamente por el internet y me comunicaba, con mis amigos y mis maestros por las redes sociales, o el correo que nos proporcionó la preparatoria, pero, yo ya usaba, todas esas herramientas, pero en la pandemia si tuve que utilizar las plataformas con mayor frecuencia.

10-Pues la verdad, fue muy fácil adaptarme, ya que todas las aplicaciones, ya las usaba antes de la pandemia, tanto redes sociales, como la app de Classroom, incluso me gusto más así la prepa.

11- ¡Pues no! al contrario hasta me ayudó, por las redes sociales, si contesto más fácil, se me hace más sencillo contestarles o hablar con alguien por las redes sociales, creo que no me afectó, ya tenía un manejo más amplio de estas plataformas.

Transcripción de la entrevista en profundidad No. 2

Nombre: José Guillermo

Edad: 19 años

1- Es más para entretenimiento, comunicarme con mis amigas y poder conocer más personas, aunque también, lo utilizó para la escuela, para buscar alguna fecha o ver un tutorial para diferentes cosas

2-¡Si, claro que sí!, ya que es mi centro de entretenimiento, como te dije con él puedo comunicarme con mis amigas u otras personas, si le tengo un cariño especial, ya que me ha ayudado en varias ocasiones.

3-Pues lo relaciono, como si fuera parte de mi familia, como si fuera un hermano, lo que pasa, que cada vez que estoy solo, puedo estar entretenido con mi celular, y por eso se le tiene un aprecio muy chido, por eso quiero mi celular.

4-¡Si todos!, en mi casa tenemos celulares, ya que con eso nos comunicamos, ya que nosotros no tenemos teléfono en casa, y casi todos siempre están fuera de la casa, por eso tenemos celulares ¡Y bueno!, pues por lo regular, aparte de comunicarnos, es para distraernos, cada uno tiene contenido que le gusta, en su propio celular.

5-No creo tener ningún tipo de problema con el celular, ya que solo lo utilizo para comunicarme y obviamente para divertirme.

6-Sentiría muy feo, ya que tengo todos mis juegos y mis contactos, y por el momento no tendría dinero para poderme comprar otro teléfono tan rápido, ojalá nunca me pase, no sé qué haría.

7-Pues no sé si cuente, ya que luego si me duelen los dedos, pero yo se lo atribuye a que he pasado algún rato jugando, con mi celular, pero si he tenido dolores, solo en los dedos pero de ahí en fuera, no tengo dolores en otras partes del cuerpo.

8--Lo uso para no sentirme solo-, aunque luego esté con otras personas, prefiero usarlo, ya que no me gusta platicar, con algunas personas que no conozco, o que no son de mi agrado, pero - mi teléfono siempre me da diversión-, y me distraigo de cualquier cosa.

9-¡Ah sí!, pues todas las tareas, las teníamos que entregar por internet, ya sea por correo electrónico o por Classroom, además, todas las clases fueron por Meet o Zoom, y todo lo que pedían, tenía que usar el internet, para poder realizar las tareas que me dejaban, pero si, si, aumento mucho mi uso, ya que después de usar el internet con las clases, también utilizaba mi consola que también se conecta a internet.

10- Pues fue buena, ya que todas las herramientas, ya las había utilizado antes, incluso se me hizo algo sencillo tomar clases así, ya que no me costaba nada de trabajo utilizar las aplicaciones.

11-¡Pues no creo!, ya que siempre me he comunicado con mis amigos y mis familiares, casi siempre, por redes sociales o por llamada, sigue igual la comunicación con cualquier persona.

Transcripción de la entrevista en profundidad No. 3

Nombre: Miguel Torres

Edad: 18 años

1-¡Ah pues!, para comunicarme con mi mama, mi papa, o mis hermanos, también lo utilizo para poder distraerme, lo utilizo, más para visitar mis redes sociales, ya que por ahí puedo compartir diferentes cosas que me gustan, y mis redes sociales, para divertirme y distraerme.

2-¡Pues no! No le tengo aprecio o algún cariño, la verdad me da igual, pues no lo quiero, pero si me divierte, ¡pero no!, no le tengo ningún cariño.

3-¡No!, como te comento, no le tengo algún cariño, aunque siempre me ayuda para muchas cosas, y cuando me quedo solo, me ayuda a pasar el rato, ya que puedes encontrar diferentes cosas para poder distraerte, y pues se le aprecia, aunque no sea una persona.

4-¡Sí! Todos tenemos teléfono y siempre lo estamos usando, bueno, cuando cenamos todos tenemos nuestro teléfono, aunque mi mamá luego no quiere que comamos con el teléfono, pero por lo regular, siempre lo usamos para comunicarnos o mandarnos unos memes, algunas fotos o direcciones de donde nos encontramos.

5- Pues no creo tener ningún problema, al contrario me han ayudado en varias cosas, pero nunca he tenido un problema, por usar las herramientas electrónicas o -que yo crea-.

6-Pues me pondría, ¡mmm!, creo que triste, si llegara a perder mi celular, con el mato el tiempo, además, con ese mi mama me localiza, espero nunca se me pierda.

7- Bueno, luego he tenido dolores de cabeza, pero creo que es normal, bueno, no creo que tenga algún dolor, por el uso de mi teléfono celular, además siempre lo ocupo, y si tuviera un dolor, yo creo, que ya lo hubiera detectado.

8-¡Pues sí!, porque luego no conozco a nadie, entonces si utilizo mi celular, para pasar el tiempo y no sentirme mal, ya que no le hablo a nadie, además si no conozco a nadie, me pongo a jugar en mi celulares, y es más fácil estar en un lugar así, -sobre todo solo-.

9- ¡Si!, la verdad, fue muy excesiva, ya que para todo, tenía que estar conectado, sobre todo para las clases, las diferentes plataformas que usamos, unas fueron nuevas, pero otras, sobre todo las redes sociales, son las más usadas, tanto para comunicarme con mis amigos y maestros, incluso con mi familia, aunque estemos en la misma casa.

10-Pues la verdad, fue muy fácil, no eran muy complicadas de usar, pero siento que fue porque yo, ya usaba algunas herramientas, en las que se parecían en su función, como el Classroom, ya que era lo mismo como mandar un correo electrónico.

11-¡No para nada!, aunque es más cómodo comunicarme con ellos, más fácil y más rápido, pero no me afectó en nada, al contrario, platico más, así por este medio.

Transcripción de la entrevista en profundidad No. 4

Nombre: Dalia Valenzuela

Edad: 19 años

1-Mi celular, solo lo utilizo para comunicarme con mis papas o mi hermano, también algunos juegos y usó algunas redes sociales, en algunas ocasiones también, para tomar foto o video de algunas cosas.

2-No creo tener ningún aprecio a mi teléfono, es solo un teléfono, creo que no tendría que tener algún sentimiento a mi teléfono celular.

3- Pues como te platico, no le tengo ningún sentimiento y sobre todo no lo trato de relacionar con algo o algún sentimiento, creo que no es normal que tengas algún sentimiento por un teléfono.

4-Mis padres, si usan y ¡Mucho!, pero mi abuelita no usa y ni tiene, de ahí en fuera todos tenemos y lo usamos para comunicarnos o para distraernos, siempre lo usamos para distraernos o perder el tiempo, ya que podemos ver series o podemos estar jugando.

5-No creo tener ningún problema, pues solo lo uso para poderme comunicar con mis padres o para jugar, por eso no creo tener ningún problema por el uso de mi celular.

6-¡Hay sí!, me sentiría triste, -ya que toda mi vida- está ahí, tengo mis contactos, mi música, mis aplicaciones, incluso la app del banco, sí, me pondría muy triste, no por el aparato si no por lo que contiene.

7-¡No como crees!, nunca he tenido un dolor por usar mi teléfono o mi computadora, si me duele la cabeza, pero yo no se lo atribuyo a eso, aparte tiene mucho que ya no me duele la cabeza.

8-¡Pues obvio! Lo utilizo para no sentirme sola, también lo uso, por que no le quiero hablar a las personas, o algunas cuantas, y mi teléfono me da la oportunidad de salir de un momento incómodo, sin irme del lugar.

9-La verdad si, en la pandemia fue ¡muy excesivo!, todo fue por las redes sociales y el internet, la tarea o la escuela, siempre fue por internet y con todos mis amigos, solo me comunicaba por internet, tanto con mis amigos los profesores o algunos familiares, en verdad que si use mucho las aplicaciones, y no fue muy difícil, ya que anteriormente ya usaba estas aplicaciones.

10-Pues como ya te lo comentaba, la verdad fue muy fácil, ya que siempre usaba las redes sociales, para diferentes actividades y cuando fue la pandemia, solo fue acoplarme a las clases dentro de estas aplicaciones, la verdad fue algo muy sencillo.

11- La verdad, no se me complicó nada, al contrario, creo que me ayudó a poder hablar con otras personas, -que de frente no podía hablar con ellos- pero gracias a las redes sociales, fue más sencillo, fue como si me acercara una oportunidad para poder hablar con ellos.

Neurociencias

7 documentales imprescindibles sobre neurociencias y neuropsicología

⌚ 5 minutos

En proceso de revisión ⚙️



-La Asociación Psiquiátrica Americana (APA), que fue la primera institución en establecer que el uso del teléfono inteligente

-El sistema educativo, como producto de un sistema social, se afecta por los cambios sociales provocados por factores externos, que necesariamente se reflejan en los factores internos del proceso educativo. Esto significa que, desde la comunicación, podemos analizar dichos factores internos.

-. Esos hábitos se van creando por el uso constante de estas herramientas que encuentran en internet, su relevancia ha tocado diferentes disciplinas, marcándose como un problema de adicción y de salud pública. <http://www.scielo.org.mx> › scielo

Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5) 2013, <https://www.federaciocatalanadha.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>.