



**Universidad del sureste  
Campus Comitán  
Medicina Humana**



**Xóchitl Monserrath Jiménez del Agua y Culebro.  
Ficha de control de lectura.  
Metodología de la investigación.  
Séptimo semestre.  
Dra. Dulce Melissa Meza López.**

## FICHA DE CONTROL DE LECTURA

<p><b>Título del libro:</b> Causas y efectos del uso del celular.</p> <p><b>Nombre del Autor:</b> Hernández, O. Realyvazquez, J. Salas, T.</p> <p><b>Total de capítulos:</b> 6 hojas</p>	<p><b>Tema que aborda:</b> Historia de los principios del celular telefónico y sus avances Causas provocadas por el uso del móvil. Efectos del uso del celular Conductas adictivas como efecto del uso del celular.</p>	<p><b>Capítulo:</b> Volumen 8</p> <p><b>De la página</b> <u>88</u> <b>a la</b> <u>93</u></p>	<p><b>Fecha:</b> 06 de marzo del 2025</p> <p><b>Número de ficha:</b> 1</p> <p><b>Lector:</b> Dra. Dulce Melissa Meza López</p>
<p><b>Idea (s) principal (s)</b></p> <p><b>Consecuencias por el uso del celular:</b> En estudiantes se distraen fácilmente llevando a un bajo desempeño escolar.</p> <p><b>Efectos del uso del celular:</b> El impacto psicológico que conlleva como la ansiedad, estrés, depresión y fobia social son problemas son comunes derivados del uso excesivo del celular.</p>	<p><b>Glosario:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Ansiedad:</b> Sentimiento de miedo, temor, inquietud o pavor que puede ser una reacción normal al estrés</li> <li>2. <b>Depresión:</b> Enfermedad caracterizada por una tristeza persistente y la pérdida de interés en las actividades con las que normalmente se disfruta.</li> <li>3. <b>Aislamiento social:</b> Falta de contacto con otras personas, o tener pocas personas con las que interactuar. Puede ser físico, social o psicológico.</li> <li>4. <b>Nomofobia:</b> Miedo irracional a no tener el teléfono móvil o a estar incomunicado de internet.</li> <li>5. <b>Dopamina:</b> Sustancia química cerebral llamada neurotransmisor</li> </ol>	<p><b>Vinculación con la novela:</b></p> <p>Problemas de salud físicos y emocionales a causa del uso excesivo del celular en niños escolares.</p>	
<p><b>Ideas secundarias:</b></p> <p><b>Acceso masivo e ilimitado a redes sociales:</b> Fomenta conductas compulsivas, satisface necesidades emocionales y sociales inmediatas, generando dependencia psicológica y la necesidad de conexión constante.</p> <p><b>Causas durante la pandemia del COVID-19:</b> Por la falta de interacción social y necesidad de conexión constante utilizan las redes sociales para reforzar su autoestima, evitar el aislamiento social.</p> <p><b>Causas menos frecuentes:</b> Problemas familiares impulsan conductas problemáticas. La separación de la familia puede llevar a una mayor dependencia del celular.</p> <p><b>Efectos del uso del celular a temprana edad:</b> Alteraciones en el lenguaje y comunicación, conductas antisociales en personas con dependencia extrema y nomofobia.</p> <p><b>Relación del uso del celular con drogas:</b> Las conductas adictivas producen la misma respuesta hormonal y cerebral que el abuso de drogas debido a que ambos casos el cerebro libera dopamina y los receptores produce una sensación intensa de placer. El problema es que con la repetición de experiencias el cerebro interpreta la saturación de dopamina como un error y comienza a secretar cada vez menos la hormona del placer. La única manera de alcanzar una experiencia pasada es aumentando la droga intensificando la experiencia como pasando más tiempo en tiktok, instagram o jugando videojuegos.</p>		<p><b>Comentario personal:</b></p> <p>La principal razón de creación del teléfono celular fue con la finalidad de mejorar la comunicación a pesar de la distancia.</p> <p>Este dispositivo ha evolucionado de acuerdo a las necesidades del usuario, sin embargo, la demanda de este ha generado que en niños menores realicen un mal uso del dispositivo, provocando daño psicológico, como adicción a este, ansiedad, depresión, alteraciones en el lenguaje y afecciones físicas como el uso de gafas, problemas de la postura, etc.</p>	

## **BIBLIOGRAFÍA**

Hernández, O. Realyvazquez, J. Salas, T. (2024). Causas y efectos del uso del celular. Revista SPAUACH Academia vitalis, Vol.8