



**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>Título del libro: Causas y efectos del uso del celular.</p> <p>Nombre del Autor: Hernández, O. Realyvazquez, J. Salas, T.</p> <p>Total de capítulos: 6 hojas</p>	<p>Tema que aborda: 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>Capítulo: Volumen 8</p> <p>De la página <u>88</u> a la <u>93</u></p>	<p>Fecha: 06 de marzo del 2025</p> <p>Número de ficha: 1</p> <p>Lector: Dra. Dulce Melissa Meza López</p>
<p>Idea (s) principal (s)</p> <p>Consecuencias por el uso del celular: En estudiantes se distraen fácilmente llevando a un bajo desempeño escolar.</p> <p>Efectos del uso del celular: 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>Glosario:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ansiedad: Sentimiento de miedo, temor, inquietud o pavor que puede ser una reacción normal al estrés 2. Depresión: Enfermedad caracterizada por una tristeza persistente y la pérdida de interés en las actividades con las que normalmente se disfruta. 3. Aislamiento social: Falta de contacto con otras personas, o tener pocas personas con las que interactuar. Puede ser físico, social o psicológico. 4. Nomofobia: Miedo irracional a no tener el teléfono móvil o a estar incomunicado de internet. 5. Dopamina: Sustancia química cerebral llamada neurotransmisor 	<p>Vinculación con la novela:</p> <p>Problemas de salud físicos y emocionales a causa del uso excesivo del celular en niños escolares.</p>	
<p>Ideas secundarias:</p> <p>Acceso masivo e ilimitado a redes sociales: Fomenta conductas compulsivas, satisface necesidades emocionales y sociales inmediatas, generando dependencia psicológica y la necesidad de conexión constante.</p> <p>Causas durante la pandemia del COVID-19: 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>Causas menos frecuentes: Problemas familiares impulsan conductas problemáticas. La separación de la familia puede llevar a una mayor dependencia del celular.</p> <p>Efectos del uso del celular a temprana edad: Alteraciones en el lenguaje y comunicación, conductas antisociales en personas con dependencia extrema y nomofobia.</p> <p>Relación del uso del celular con drogas: 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>Comentario personal:</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