



Conectados al Celular, Desconectados del Mundo

Ingrid Zorany Restrepo – ID 725369 – NRC 77355

Angela Santamaria– ID 731668 – NRC 77355

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

noviembre de 2025

Conectados al Celular, Desconectados del Mundo

Ingrid Zorany Restrepo Gutiérrez

Angela Santamaria David

Monografía presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor(a)

William González Vásquez

Mg en educación y Desarrollo Humano-Psicólogo

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

noviembre de 2025

## Dedicatoria

A nuestros hijos,

Quienes nos han enseñado, más allá de cualquier teoría, el verdadero significado del amor, la paciencia y la resiliencia.

Esta meta que hoy alcanzamos es también un regalo para ustedes. Porque en cada esfuerzo, en cada desvelo y en cada decisión tomada, estuvieron presentes como inspiración y motivo.

Como psicólogas, comprendemos la importancia de crecer en un entorno lleno de amor, seguridad y ejemplo. Por eso, este logro no solo representa un avance profesional, sino también un compromiso con su bienestar, su futuro y su felicidad.

Gracias por enseñarnos a ver el mundo con más ternura y propósito.

Este triunfo es, sin duda, también suyo.

Gracias Totales.

## Agradecimientos

Agradecemos profundamente a todos los docentes que nos acompañaron a lo largo de nuestra formación profesional, por compartir con nosotros sus conocimientos, su vocación y su ejemplo ético.

Su guía ha sido esencial en nuestra construcción como futuras profesionales de la Psicología.

De manera muy especial, expresamos nuestro sincero agradecimiento al profesor **William González**, nuestro asesor de trabajo de grado, por su compromiso, disposición y valioso acompañamiento.

Su orientación clara, su retroalimentación constante y su exigencia académica nos permitieron enriquecer este proceso con responsabilidad y sentido crítico.

Gracias por su confianza y por ser un referente de excelencia profesional.

A nuestras familias, gracias por creer en nosotros incluso en los momentos más difíciles.

Por su amor incondicional, por sostenernos emocionalmente y por ser nuestro mayor soporte en esta etapa de crecimiento y formación.

Sin su presencia, este logro no habría sido posible.

A nuestros esposos, compañeros de vida, gracias por su paciencia, su comprensión y su apoyo inquebrantable. Por estar presentes en los silencios, en los desvelos y en las pequeñas victorias.

Gracias por caminar a nuestro lado con amor y fe en nuestros sueños.

Este logro también les pertenece.

## Contenido

Dedicatoria .....	3
Agradecimientos .....	4
Lista de tablas .....	8
Lista de figuras .....	9
Resumen .....	10
Abstract .....	11
Introducción .....	12
1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	14
2 ¿Cuál es la relevancia del problema? .....	16
3 Formulación del Problema (Problematización) .....	17
4 Pregunta de investigación .....	18
5 OBJETIVOS .....	19
5.1 Objetivo general: .....	19
5.2 Objetivos específicos: .....	19
6 JUSTIFICACION .....	20
7 MARCO TEORICO .....	22
7.1 Fundamentos del Desarrollo Social y Emocional en la Infancia .....	22
7.2 El Aprendizaje Social como Base de las Habilidades Sociales .....	22
7.3 Evaluación de la Competencia Social: Enfoque de Goldstein .....	23
7.4 Influencia del Entorno, el Rol del Adulto y la Tecnología .....	23
8 MARCO DE ANTECEDENTES .....	25
9 MARCO CONCEPTUAL .....	27
9.1 Uso excesivo del celular .....	28
9.2 Habilidades sociales .....	28
9.3 desarrollo socioemocional infantil .....	28
9.4 <i>Características de la etapa entre los 8 y 10 años</i> .....	29
9.5 Aislamiento social y retraimiento .....	29
9.6 Contexto escolar .....	29
9.7 Uso responsable de la tecnología .....	30

10	Marco Teórico .....	30
10.1	Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky .....	30
10.2	Teoría Psicosocial de Erik Erikson .....	31
10.3	Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura .....	31
11	Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky (como base principal) .....	32
11.1	Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura (esta como complemento) .....	32
11.2	Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky .....	33
11.3	Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura .....	34
12	Marco Demográfico .....	35
13	Marco Geográfico .....	36
14	Diseño Metodológico .....	37
14.1	Metodología de la Investigación .....	37
14.1.1	Fuentes de información y criterios de selección .....	37
14.2	Enfoque, Tipo y Diseño de la Investigación .....	38
14.2.1	Tipo de investigación .....	38
14.2.2	Diseño de la investigación .....	39
14.3	Población .....	39
14.4	Muestra .....	40
14.5	Instrumentos y Técnicas de Recolección de Información .....	40
15	Justificación Metodológica .....	42
16	Resultados .....	44
16.1	Selección de estudios .....	44
16.2	Efectos del uso excesivo del celular en habilidades sociales .....	46
16.3	Aislamiento social y retraimiento infantil .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
16.4	Rol del entorno familiar y escolar .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
16.5	Relación entre teorías y hallazgos .....	50
16.6	Patrones, tensiones y vacíos identificados .....	50
16.7	Síntesis y conexión con la pregunta de investigación .....	51
16.8	Síntesis general .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
17	Discusión .....	52
	Conclusión .....	57

Recomendaciones .....	60
Recomendaciones para instituciones educativas .....	60
Recomendaciones para las familias .....	61
Recomendaciones para profesionales de psicología, educación y salud mental .....	61
Síntesis final .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Referencias bibliográficas .....	63
Anexos .....	64
Anexo 1 .....	64
Anexo 2. Tabla de coincidencias, tensiones y vacíos .....	67
Anexo 3. Tabla Fragmentos normativos relevantes .....	68
Anexo 4. Gráficos oficiales sobre uso de celulares en Colombia .....	69
Gráfico 1. Promedio diario de uso de pantallas en niños (6 a 12 años) .....	69
Gráfico 2. Supervisión parental en el uso del celular .....	70
Gráfico 3. Uso del celular como forma de entretenimiento (2023) .....	71

### Lista de tablas

Tabla 1 Principales hallazgos documentales sobre el uso del celular <b>¡Error! Marcador no definido.</b>	
Tabla 2. Matriz de análisis documental .....	64
Tabla 3. Tabla de Coincidencias, tensiones y vacíos .....	67
Tabla 4. Fragmentos normativos relevantes .....	68

### **Lista de figuras**

Figura 1. Promedio diario de uso de pantallas .....	69
Figura 2. Supervisión parental en el uso del celular .....	70
Figura 3. Uso del celular como forma de entretenimiento .....	71

## Resumen

En el contexto actual, el uso de teléfonos celulares se ha convertido en una práctica habitual entre niños en edad escolar, generando preocupación sobre su posible influencia en el desarrollo social y emocional durante la infancia.

Nuestra investigación tuvo como objetivo analizar, mediante una revisión documental, la relación entre el uso del celular y el desarrollo de habilidades sociales en niños de 8 a 11 años, centrándose en estudios previos realizados en contextos escolares similares en Colombia.

Se adoptó un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo y con un diseño documental, basado en el análisis de artículos científicos, libros, informes institucionales y teorías reconocidas.

No se realizó trabajo de campo ni aplicación directa de instrumentos, ya que toda la información se obtuvo de fuentes secundarias.

El análisis se sustentó en los aportes teóricos de Lev Vygotsky, Erik Erikson y Albert Bandura, cuyas teorías destacan la importancia de las interacciones sociales en el desarrollo emocional y conductual infantil.

Los estudios revisados evidencian que el uso prolongado y en especial no supervisado de dispositivos móviles puede interferir en la adquisición de habilidades como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos.

A partir de estos hallazgos, se plantearon recomendaciones dirigidas a las instituciones educativas para fomentar el uso responsable de la tecnología y fortalecer el desarrollo socioemocional de los estudiantes.

Este trabajo contribuye a la comprensión crítica del fenómeno, ofreciendo insumos relevantes para el diseño de intervenciones escolares, en línea con los fines de formación integral establecidos por la Ley General de Educación en Colombia.

**Palabras clave:** Habilidades sociales, dispositivos móviles, infancia, desarrollo socioemocional, educación.

## Abstract

In today's context, the use of mobile phones has become a common practice among school-aged children, raising concerns about its potential impact on social and emotional development during childhood.

This study aimed to analyze, through a documentary review, the relationship between mobile phone use and the development of social skills in children aged 8 to 11, focusing on previous studies conducted in school settings similar to those in Colombia.

A qualitative, descriptive approach was adopted, using a documentary design based on the analysis of scientific articles, books, institutional reports, and well-established theoretical frameworks. No fieldwork or direct application of instruments was conducted, as all information was obtained from secondary sources and academic literature.

The analysis was grounded in the theoretical contributions of Lev Vygotsky, Erik Erikson, and Albert Bandura, whose theories emphasize the importance of social interactions in children's emotional and behavioral development.

The reviewed studies indicate that prolonged and unsupervised use of mobile devices may interfere with the acquisition of key skills such as empathy, assertive communication, and conflict resolution.

Based on these findings, recommendations were proposed to guide educational institutions in promoting responsible technology use and strengthening the socioemotional development of students. This work contributes to a critical understanding of the phenomenon and offers relevant insights for the design of school-based interventions, in line with the goals of comprehensive education established by Colombia's General Education Law.

**Keywords:** social skills, mobile devices, childhood, socioemotional development, education.

## Introducción

En la era digital actual, el uso de dispositivos electrónicos, especialmente los teléfonos celulares, se ha vuelto común incluso entre niños en edades tempranas.

Aunque estas herramientas pueden facilitar el acceso a contenidos educativos y de entretenimiento, su uso excesivo ha generado preocupaciones significativas tanto como en padres y profesores sobre su impacto en distintas áreas del desarrollo infantil, particularmente en las habilidades sociales.

En el contexto escolar colombiano, se ha observado un aumento sostenido en el tiempo que los niños dedican al uso de dispositivos móviles. Según el Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones de Colombia (MinTIC, 2021), el 67 % de los niños entre 6 y 11 años utilizan un teléfono celular de forma regular, y más del 40 % lo hacen sin supervisión de un adulto, lo cual plantea interrogantes sobre los efectos de esta exposición en sus dinámicas de socialización, tanto dentro como fuera del aula.

El desarrollo de habilidades sociales en la infancia, especialmente entre los 8 y 10 años es crucial para la construcción de relaciones interpersonales saludables, la comprensión de emociones propias y ajenas, la resolución de conflictos, la cooperación y la empatía (Goleman, 1996; Vygotsky, 1979). Estas competencias se forman, en gran medida, a través de la interacción cara a cara con pares y adultos significativos.

Sin embargo, diversos estudios han evidenciado que el uso prolongado de dispositivos móviles puede limitar esas oportunidades de interacción directa, afectando negativamente el desarrollo social y emocional. Por ejemplo, investigaciones recientes indican que la exposición excesiva a pantallas está asociada con dificultades en la comunicación verbal, menor tolerancia a la frustración y aislamiento social (Domínguez et al., 2020; López & Ramírez, 2022).

En este contexto, la presente investigación tiene como propósito analizar cómo el uso excesivo de celulares influye en el desarrollo de habilidades sociales en niños entre los 8 y 10 años, a partir de una revisión documental centrada en estudios realizados en entornos escolares similares al colombiano. Se busca comprender las implicaciones de este fenómeno en su

capacidad para interactuar con otros, resolver conflictos y gestionar sus emociones de forma adecuada.

A través de este estudio, se pretende visibilizar los efectos de la sobreexposición tecnológica sobre las competencias sociales durante la infancia, así como proponer orientaciones dirigidas a padres, educadores y cuidadores para fomentar un uso más equilibrado y consciente de los dispositivos móviles, promoviendo el bienestar socioemocional en los contextos escolares.

## 1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la era digital actual, el uso de teléfonos celulares ha ganado protagonismo en la vida cotidiana de niños entre los 8 y 10 años.

Aunque estos dispositivos ofrecen acceso a contenido educativo y de entretenimiento, su uso desmedido está generando efectos adversos, especialmente en el desarrollo de las habilidades sociales (Domínguez, Pérez & Tovar, 2020).

Durante esta etapa de la infancia, los niños consolidan competencias fundamentales como la empatía, el trabajo en equipo, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos (Vygotsky, 1979; Goleman, 1996).

Sin embargo, el tiempo prolongado frente a las pantallas tiende a sustituir las interacciones cara a cara, esenciales para la práctica y fortalecimiento de estas habilidades.

El principal problema radica en cómo esta sobreexposición tecnológica limita la interacción directa con pares, el juego simbólico y la comunicación espontánea, provocando dificultades para integrarse en entornos sociales, comprender normas de convivencia y establecer vínculos afectivos significativos (UNICEF, 2021).

Según el Ministerio TIC (2021), en Colombia, el 67 % de los niños entre 6 y 11 años usan celular con regularidad, y cerca del 40 % lo hacen sin supervisión de un adulto, lo que incrementa los riesgos relacionados con su desarrollo socioemocional.

Desde el enfoque psicológico, se ha evidenciado que el uso excesivo de pantallas interfiere en procesos esenciales como la regulación emocional, la atención sostenida, la empatía y la construcción de la identidad personal (López & Ramírez, 2022). Al pasar largos periodos frente a una pantalla, los niños limitan su participación en experiencias interactivas reales, juegos simbólicos y vivencias sensoriales necesarias para un desarrollo integral (Papalia et al., 2009).

Esta falta de estimulación social puede generar retrasos en el lenguaje, baja tolerancia a la frustración y dificultades para establecer vínculos afectivos, indicadores que constituyen señales de alerta en salud mental infantil (American Academy of Pediatrics [AAP], 2016). Asimismo, la dependencia emocional que muchos niños desarrollan hacia los dispositivos puede derivar en estados de ansiedad, irritabilidad y retraimiento social (Domínguez et al., 2020).

Por otro lado, el uso del celular como sustituto del vínculo humano por ejemplo, como recurso para calmar al niño o mantenerlo entretenido reduce las oportunidades de fortalecer el apego seguro y el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional (Radesky et al., 2016).

Ante este panorama, resulta urgente analizar, desde una perspectiva psicológica, cómo el uso excesivo del celular está influyendo en el aislamiento social y en el desarrollo emocional de los niños menores de 10 años.

Este análisis permite visibilizar una problemática creciente en la infancia y proponer alternativas de intervención preventiva y educativa dentro de las instituciones de básica primaria.

## 2 ¿Cuál es la relevancia del problema?

La relevancia del problema radica en el impacto profundo y creciente que el uso excesivo de dispositivos móviles está teniendo en el desarrollo emocional y social de los niños entre los 8 y 10 años, una etapa crítica en su formación como individuos (UNICEF, 2021; Domínguez, Pérez & Tovar, 2020).

En un contexto donde la tecnología se ha integrado de forma natural en la vida cotidiana, es fundamental reconocer que, si bien los teléfonos celulares pueden ser herramientas útiles para el aprendizaje y el entretenimiento, su uso desmedido está sustituyendo interacciones humanas esenciales para el desarrollo integral de la infancia (López & Ramírez, 2022).

Desde una perspectiva psicológica, esta problemática adquiere especial importancia, ya que compromete la consolidación de habilidades como la empatía, la comunicación asertiva, la autorregulación emocional y la capacidad de establecer vínculos afectivos seguros (Goleman, 1996; Vygotsky, 1979).

Estas competencias no solo son necesarias para una socialización adecuada en la niñez, sino que también son determinantes en la construcción de la identidad personal y el bienestar psicológico a lo largo del ciclo vital (Papalia et al., 2009).

Diversos estudios han documentado que el uso excesivo de pantallas en la infancia se asocia con dificultades para identificar emociones, mantener la atención, resolver conflictos de forma adecuada y tolerar la frustración (American Academy of Pediatrics [AAP], 2016; Radesky et al., 2016).

Asimismo, la tendencia creciente a utilizar el celular como recurso para calmar o entretener a los niños, por parte de cuidadores o padres, limita oportunidades valiosas para fortalecer el apego seguro y promover la autonomía emocional (Radesky & Christakis, 2016).

Esta situación no solo afecta a los niños en su presente inmediato, sino que puede tener repercusiones a mediano y largo plazo, como problemas de ansiedad, retraimiento social, bajo rendimiento escolar y alteraciones en la salud mental (López & Ramírez, 2022; Domínguez et al., 2020).

Por tanto, abordar esta problemática no solo es pertinente desde una perspectiva académica e investigativa, sino que representa una necesidad urgente en los ámbitos social, educativo y familiar.

Identificar, analizar y visibilizar este fenómeno permitirá generar conciencia colectiva, diseñar estrategias de intervención adecuadas y promover un uso responsable de la tecnología, que favorezca el desarrollo integral de los niños en esta etapa crucial de su vida.

### **3 Formulación del Problema (Problematización)**

La creciente costumbre de usar el celular como medio de entretenimiento o distracción en niños de 8 a 10 años ha reemplazado progresivamente el juego activo y la interacción social directa.

Esta situación plantea interrogantes sobre cómo el uso excesivo de estos dispositivos afecta el desarrollo de habilidades sociales clave como la cooperación, la escucha activa o la expresión emocional.

El uso excesivo de celulares en niños menores de 10 años ha proliferado en el contexto familiar y escolar, con un impacto directo en el desarrollo de sus habilidades sociales.

Durante este período, los niños comienzan a formar relaciones significativas con sus compañeros de colegio y docentes a construir habilidades esenciales para la vida cotidiana, como la empatía, la resolución de conflictos y la comunicación efectiva.

Sin embargo, el tiempo excesivo frente a las pantallas dificulta estas interacciones cara a cara, impidiendo que los niños desarrollen de manera adecuada sus capacidades para establecer relaciones profundas y resolver situaciones sociales.

Este estudio buscamos abordar la problemática de la pérdida de habilidades sociales, provocado por el uso de tecnología, específicamente celulares, y cómo esto afecta la capacidad de los niños para interactuar adecuadamente con sus pares y adultos, lo cual tiene implicaciones directas en su vida escolar y social.

#### **4 Pregunta de investigación**

¿Cómo influye el uso excesivo de celulares en el desarrollo de las habilidades sociales de los niños entre 8 y 10 años, específicamente en su capacidad para interactuar con sus pares, gestionar sus emociones y establecer relaciones saludables dentro de las instituciones educativas de básica primaria?

## 5 OBJETIVOS

### 5.1 Objetivo general:

Analizar las evidencias preexistentes en la literatura científica sobre la relación entre el uso del celular y el desarrollo de habilidades sociales y aislamiento social en escolares de educación primaria.

### 5.2 Objetivos específicos:

1. Examinar estudios previos que evalúan las habilidades sociales y el aislamiento social en niños de primaria, haciendo énfasis en el uso de instrumentos estandarizados en contextos escolares.

2. Identificar los principales hallazgos reportados en los documentos o artículos sobre el tiempo y forma de uso del celular en niños en edad escolar.

3. Examinar las relaciones identificadas en la literatura científica entre el uso del celular y el desarrollo de habilidades sociales en escolares de educación primaria, considerando diferentes contextos de estudio

## 6 JUSTIFICACION

En la actualidad, el uso de dispositivos electrónicos, especialmente los teléfonos celulares, se ha convertido en una práctica común entre los niños en edad escolar.

Aunque la tecnología ofrece oportunidades educativas y de acceso a la información, su uso excesivo plantea desafíos importantes en el desarrollo social y emocional de los estudiantes, particularmente en aquellos entre los 8 y 10 años (Radesky, Schumacher, & Zuckerman, 2016; López & Ramírez, 2022).

Durante esta etapa del desarrollo, los niños comienzan a consolidar habilidades sociales fundamentales como la empatía, la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y la autorregulación emocional (Goleman, 1996; Papalia, Wendkos Olds, & Duskin Feldman, 2009).

Estas competencias resultan esenciales para su adaptación al entorno escolar, así como para la construcción de relaciones saludables y el fortalecimiento de su identidad.

Sin embargo, la presencia constante de los celulares en la vida cotidiana de los escolares puede limitar las interacciones cara a cara, afectando negativamente su participación en actividades grupales, su integración social y su capacidad para establecer vínculos significativos con sus compañeros y docentes (Domínguez, Pérez, & Tovar, 2020). Esta situación genera un impacto directo en la dinámica del aula, en el clima escolar y en la calidad de la convivencia.

Desde el marco legal, la Ley General de Educación de Colombia (Ley 115 de 1994) establece que uno de los fines de la educación básica primaria es el desarrollo integral de los estudiantes, abarcando no solo los aspectos académicos, sino también la formación en valores, habilidades sociales y el fortalecimiento del bienestar emocional (Congreso de Colombia, 1994, arts. 14 y 20). Asimismo, la ley enfatiza la necesidad de formar ciudadanos capaces de convivir, colaborar y actuar con respeto y responsabilidad en diversos contextos sociales.

En este contexto, nuestra investigación adquiere una doble relevancia: teórica y práctica. Desde el plano teórico, el estudio busca sistematizar los conocimientos previos sobre la relación entre el uso del celular y el desarrollo de habilidades sociales en escolares, lo que permite comprender mejor los efectos de la tecnología en la infancia desde una perspectiva educativa y psicosocial.

Desde el punto de vista práctico, esta investigación tiene el potencial de beneficiar directamente a la institución educativa y a su equipo psicosocial.

Al responder a una problemática educativa contemporánea, sus resultados podrán ser utilizados para enriquecer la práctica pedagógica, mejorar la convivencia escolar y fortalecer el rol formador de las instituciones dentro de un modelo educativo centrado en el desarrollo humano integral.

## **7 MARCO TEORICO**

### **7.1 Fundamentos del Desarrollo Social y Emocional en la Infancia**

Durante la niñez intermedia, entre los 8 y 11 años, los niños atraviesan una etapa crucial en el desarrollo de sus competencias sociales y emocionales.

En este periodo, adquieren habilidades que les permiten interactuar con sus pares, resolver conflictos y establecer relaciones empáticas y cooperativas. La consolidación de estas competencias es determinante para su adaptación escolar y bienestar psicológico (Papalia, Wendkos Olds, & Duskin Feldman, 2009).

Lev Vygotsky, en su teoría sociocultural, plantea que el aprendizaje es un proceso socialmente mediado, donde las habilidades se desarrollan mediante la interacción con otros, especialmente dentro de la llamada zona de desarrollo próximo (Vygotsky, 1978). Desde esta perspectiva, el entorno social y la interacción con adultos o compañeros más capaces facilitan tanto el desarrollo cognitivo como la construcción de habilidades sociales.

De manera complementaria, Erik Erikson en su teoría del desarrollo psicosocial, indica que entre los 6 y los 12 años los niños atraviesan la etapa de laboriosidad versus inferioridad, donde la autoestima y el sentido de competencia emergen a partir del éxito en tareas compartidas y la validación social en contextos escolares (Erikson, 1963). Esta etapa es clave para el fortalecimiento de la identidad social y emocional.

### **7.2 El Aprendizaje Social como Base de las Habilidades Sociales**

El desarrollo de habilidades sociales también se explica desde la teoría del aprendizaje social propuesta por Albert Bandura, quien sostiene que los niños aprenden observando, imitando y practicando conductas en contextos sociales, donde el refuerzo, la autoeficacia y la retroalimentación cumplen un papel central (Bandura, 1977).

Desde esta teoría, Arnold Goldstein desarrolló el **Test de Habilidades Sociales 8.11**, que permite evaluar comportamientos prosociales en niños de 8 a 11 años. Esta herramienta se basa en principios de la terapia cognitivo-conductual y destaca que habilidades como la cooperación, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos pueden ser enseñadas, modeladas y reforzadas sistemáticamente (Goldstein, 1999).

Este enfoque enfatiza que las habilidades sociales no son innatas, sino adquiridas a través del modelado y la práctica en entornos sociales estructurados, donde los adultos actúan como mediadores.

### **7.3 Evaluación de la Competencia Social: Enfoque de Goldstein**

El Test de Habilidades Sociales 8.11 evalúa 42 habilidades específicas que permiten determinar el nivel de competencia social de los niños. Parte del supuesto de que las conductas prosociales como la empatía, la toma de turnos o el trabajo en equipo son observables, medibles y enseñables (Goldstein, 1999). Este instrumento permite no solo identificar áreas de fortaleza y dificultad en las habilidades sociales, sino también diseñar intervenciones educativas y clínicas basadas en evidencia.

### **7.4 Influencia del Entorno, el Rol del Adulto y la Tecnología**

Tanto Vygotsky como Bandura coinciden en que el entorno social y la calidad de las interacciones son fundamentales para el desarrollo de las habilidades sociales. Padres, docentes y cuidadores actúan como agentes de socialización que modelan comportamientos y crean oportunidades para la práctica de estas competencias (Bandura, 1977; Vygotsky, 1978).

Sin embargo, en el contexto actual, el entorno social está mediado por el uso intensivo de dispositivos electrónicos, especialmente los celulares. Investigaciones recientes han evidenciado que el uso excesivo y no supervisado de pantallas puede interferir en el desarrollo de habilidades como la empatía, la atención compartida, la autorregulación emocional y la interacción cara a cara (Radesky et al., 2016; Domínguez, Pérez, & Tovar, 2020; López & Ramírez, 2022).

Por ejemplo, estudios han demostrado que los niños que pasan más tiempo frente a pantallas tienden a presentar mayores dificultades para interpretar emociones, sostener conversaciones significativas y resolver conflictos de manera asertiva (AAP, 2016). Además, el uso del celular como distractor o calmante emocional puede afectar la consolidación del apego seguro y reducir la tolerancia a la frustración (Radesky & Christakis, 2016).

Estos efectos son especialmente preocupantes en edades tempranas, ya que limitan las oportunidades de juego simbólico, interacción social directa y aprendizaje experiencial, elementos esenciales para el desarrollo de competencias socioemocionales (UNICEF, 2021). El aislamiento social, la disminución del contacto visual y la sustitución de relaciones reales por vínculos virtuales también han sido señalados como consecuencias frecuentes de esta sobreexposición tecnológica.

## 8 MARCO DE ANTECEDENTES

En la era digital actual, el uso de dispositivos móviles entre niños en edad escolar ha despertado creciente preocupación en el ámbito educativo y psicológico. A nivel internacional, nacional y local, diversos estudios han documentado cómo la sobreexposición a pantallas afecta áreas fundamentales del desarrollo infantil, especialmente las habilidades sociales, entendidas como la capacidad de los niños para interactuar adecuadamente con los demás, expresar emociones y establecer relaciones saludables.

A nivel internacional, Christakis et al. (2018) realizaron un estudio en Estados Unidos que evidenció que los niños que pasan más de dos horas diarias frente a pantallas tienen mayores dificultades para establecer relaciones sociales, interpretar emociones y participar en actividades grupales. De igual manera, la Academia Americana de Pediatría (AAP, 2016) ha advertido que el uso excesivo de dispositivos digitales interfiere con el juego simbólico y la interacción cara a cara, aspectos esenciales para el desarrollo de habilidades como la empatía, la cooperación y la autorregulación emocional.

En el contexto nacional, investigaciones recientes en Colombia han señalado que los niños que utilizan el celular de forma excesiva presentan mayores dificultades para relacionarse con sus compañeros y resolver conflictos en el entorno escolar (López & Ramírez, 2022). Según la Comisión de Regulación de Comunicaciones (CRC, 2023), los niños colombianos pasan en promedio 8,9 horas al día frente a pantallas, lo que impacta negativamente su participación en actividades grupales, reduce la comunicación verbal y afecta su capacidad de establecer vínculos afectivos.

En el ámbito local, específicamente en la ciudad de Medellín, también se han evidenciado repercusiones importantes. En septiembre de 2024, un informe de Telemedellín alertó sobre el incremento de casos de ansiedad, depresión infantil y trastornos del sueño en menores expuestos prolongadamente a dispositivos móviles. Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS,

2021) ha recomendado limitar el uso de pantallas en la infancia temprana, fomentando en su lugar formas de juego activo e interacción social directa.

En línea con estas preocupaciones, la Clínica Medellín, en colaboración con el Grupo Quirón Salud, publicó en junio de 2024 una guía para padres, donde se enfatiza la necesidad de establecer límites claros en el uso del celular y promover actividades alternativas que favorezcan la interacción social. La psicóloga Elia Sasot Ibáñez subraya la importancia del modelado parental como estrategia clave para fomentar un uso saludable de la tecnología en el hogar.

Por su parte, la psiquiatra Laura Villamil (2024), en una entrevista publicada por *Infobae*, advirtió que el uso intensivo de pantallas podría implicar hasta tres años escolares perdidos en términos de desarrollo cognitivo y emocional. Señala que la exposición constante a estímulos digitales disminuye la capacidad de atención sostenida, reduce la sensibilidad emocional y afecta la interacción directa entre pares.

Estos antecedentes evidencian que el uso desmedido del celular en niños entre los 8 y 10 años no solo afecta su salud física y mental, sino que también interfiere significativamente con la adquisición y fortalecimiento de habilidades sociales fundamentales, como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos. Instituciones educativas de Medellín han reportado una disminución en la participación de los estudiantes en dinámicas grupales y actividades colaborativas, atribuida en parte al uso excesivo de dispositivos tecnológicos.

Por tanto, se hace urgente continuar investigando este fenómeno desde un enfoque psicoeducativo, para comprender mejor sus implicaciones y generar estrategias preventivas desde la escuela y la familia que promuevan el desarrollo social saludable en la infancia.

## 9 MARCO CONCEPTUAL

Este marco conceptual define los términos clave necesarios para comprender la relación entre el uso excesivo del celular y el desarrollo de habilidades sociales en niños de 8 a 10 años. A través de estas definiciones se establece el sustento teórico de la investigación, permitiendo identificar de manera precisa los factores que influyen en el desarrollo socioemocional infantil dentro del contexto escolar.

**Competencia social.** Se refiere a la capacidad de los niños para interactuar efectivamente con los demás, resolver conflictos, trabajar en equipo y comprender las emociones propias y ajenas (Goleman, 1996). Estas habilidades son esenciales para mantener relaciones positivas tanto en el entorno escolar como familiar.

**Habilidades sociales.** Son conductas aprendidas que permiten a los niños establecer relaciones adecuadas con otros. Incluyen comportamientos como iniciar conversaciones, escuchar, compartir, pedir ayuda y expresar emociones de forma adecuada (Goldstein, 1999).

**Desarrollo social y emocional.** Es el proceso por el cual los niños aprenden a manejar sus emociones, comprender las de los demás y construir una identidad propia en un contexto social. Este desarrollo es clave para su bienestar psicológico (Papalia et al., 2009).

**Aprendizaje social.** Según Bandura (1977), los niños aprenden comportamientos observando e imitando a los demás. Este aprendizaje se da en casa, en la escuela y en cualquier entorno social, y es reforzado mediante la retroalimentación positiva.

**Entorno social.** Comprende la familia, la escuela, los amigos y la comunidad, y tiene un rol fundamental en el desarrollo de las habilidades sociales. Un entorno seguro y estimulante facilita la adquisición de estas competencias (Vygotsky, 1978).

**Modelado.** Es el proceso mediante el cual los niños aprenden observando a figuras significativas, como padres o maestros. Por ejemplo, si un adulto resuelve un conflicto de forma pacífica, el niño tenderá a imitar esa conducta (Bandura, 1977).

## **9.1 Uso excesivo del celular**

Se entiende como el tiempo prolongado e inadecuado que los niños dedican al uso de dispositivos móviles, especialmente sin supervisión adulta, lo cual puede afectar su bienestar físico, emocional y social. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), el uso de pantallas no debe superar una hora diaria en niños menores de 10 años. Cuando se excede este límite, se ha evidenciado un aumento en síntomas de ansiedad, trastornos del sueño, dificultades de atención y reducción de interacciones cara a cara (AAP, 2016; Christakis et al., 2018).

## **9.2 Habilidades sociales**

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas aprendidas que permiten establecer y mantener relaciones interpersonales adecuadas, resolver conflictos, comunicar emociones y colaborar con los demás (Goldstein, 1999). Estas habilidades incluyen comportamientos como iniciar conversaciones, escuchar, compartir, pedir ayuda, respetar turnos, expresar emociones de forma adecuada y resolver desacuerdos de manera asertiva.

## **9.3 desarrollo socioemocional infantil**

El desarrollo socioemocional es el proceso mediante el cual los niños aprenden a identificar, expresar y regular sus emociones, así como a establecer relaciones sanas con los demás. Esta dimensión del desarrollo es fundamental en la infancia, ya que influye en la autoestima, la empatía, el manejo del estrés y la construcción de la identidad (Papalia et al., 2009). Un desarrollo socioemocional saludable favorece la adaptación escolar, la autorregulación emocional y el comportamiento prosocial.

#### **9.4 Características de la etapa entre los 8 y 10 años**

Durante esta etapa de la niñez intermedia, los niños comienzan a consolidar su sentido de identidad, desarrollan mayor autonomía y fortalecen sus relaciones con pares. Según Erikson (1963), los niños de entre 6 y 12 años se encuentran en la etapa de “laboriosidad vs. inferioridad”, donde buscan sentirse competentes en sus actividades escolares y sociales.

Es un periodo crucial para la adquisición de habilidades sociales, ya que se amplía el círculo de relaciones más allá de la familia y se fortalece la capacidad para cooperar, resolver conflictos y trabajar en equipo.

#### **9.5 Aislamiento social y retraimiento**

El aislamiento social en la infancia se refiere a la escasa o nula participación del niño en interacciones sociales significativas con sus pares o adultos.

Este fenómeno puede manifestarse como retraimiento, timidez excesiva, evasión del contacto social o desinterés por compartir con otros. Estudios recientes han señalado que el uso excesivo de dispositivos móviles contribuye a este aislamiento, al limitar el tiempo que los niños dedican al juego libre, la comunicación cara a cara y la interacción empática (Villamil, 2024; CRC, 2023). Esto puede afectar su capacidad para adaptarse socialmente, generar vínculos afectivos y desarrollar habilidades de convivencia.

#### **9.6 Contexto escolar**

El contexto escolar comprende el espacio físico, social y emocional en el cual los niños interactúan con sus compañeros y docentes, construyendo experiencias significativas de aprendizaje y socialización.

La escuela, además de ser un lugar para el desarrollo académico, cumple una función fundamental en la formación de habilidades sociales y emocionales, ya que ofrece múltiples oportunidades para practicar la cooperación, la autorregulación y la solución de conflictos. Un ambiente escolar saludable y participativo potencia el desarrollo integral del niño (MEN, 2006).

## **9.7 Uso responsable de la tecnología**

El uso responsable de la tecnología implica el desarrollo de hábitos saludables en el manejo de dispositivos digitales, promoviendo su aprovechamiento con fines educativos y recreativos adecuados, sin que interfieran con el bienestar físico o emocional del niño.

Este uso consciente requiere supervisión adulta, límites claros de tiempo y orientación sobre contenidos apropiados. La promoción de este tipo de uso desde el hogar y la escuela es clave para prevenir los efectos negativos del uso excesivo (Sasot, 2024; AAP, 2016).

## **10 Marco Teórico**

Para comprender y abordar el problema de investigación sobre el desarrollo y evaluación de las habilidades sociales en niños de 8 a 11 años, es fundamental apoyarse en teorías que expliquen cómo se aprende y desarrolla la competencia social y emocional durante la infancia (Denham et al., 2003).

A continuación, se describen las principales teorías que sustentan esta investigación y que permiten fundamentar de manera lógica el enfoque metodológico y las posibles soluciones.

### **10.1 Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky**

Lev Vygotsky plantea que el aprendizaje es un proceso social y culturalmente mediado.

Según su teoría, los niños desarrollan sus habilidades cognitivas y sociales a través de la interacción con otros ya sean adultos o pares dentro de un espacio que llamó la zona de desarrollo próximo (ZDP). Esta zona representa la distancia entre lo que un niño puede hacer solo y lo que puede lograr con ayuda.

En este sentido, el desarrollo de habilidades sociales es posible gracias al acompañamiento y la mediación de figuras significativas, quienes modelan conductas y facilitan la internalización de normas y estrategias sociales.

Por tanto, para fomentar la competencia social en los niños, es necesario crear ambientes de aprendizaje colaborativo y de apoyo, donde el niño pueda practicar y recibir retroalimentación.

### **10.2 Teoría Psicosocial de Erik Erikson**

Erik Erikson propone que, durante la etapa de laboriosidad vs. inferioridad, que abarca aproximadamente de los 6 a los 12 años, los niños desarrollan su sentido de competencia y autoestima mediante el éxito en actividades sociales y escolares.

La interacción con sus pares y la aprobación de adultos juegan un papel crucial en este proceso.

Si los niños logran sentirse capaces y valorados, desarrollan confianza en sus habilidades sociales y una identidad positiva.

En caso contrario, pueden experimentar sentimientos de inferioridad que afectan su desarrollo emocional y social.

Esta teoría apoya la importancia de evaluar y fortalecer habilidades sociales en esta etapa para favorecer un desarrollo saludable.

### **10.3 Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura**

Bandura destaca que gran parte del aprendizaje humano ocurre a través de la observación y la imitación de modelos, un proceso denominado **modelado**.

Según esta teoría, los niños adquieren habilidades sociales observando conductas en su entorno, imitando comportamientos y recibiendo refuerzos que aumentan la probabilidad de repetir esas conductas.

Además, Bandura introduce el concepto de autoeficacia, que es la confianza del individuo en su capacidad para realizar ciertas acciones.

En el contexto social, esto significa que, si los niños creen que pueden interactuar exitosamente con otros, estarán más motivados para practicar y desarrollar habilidades sociales.

Teniendo como base lo anterior y basándonos en 3 factores claves como lo son:

1. El foco del problema: pérdida o debilitamiento de habilidades sociales por el uso excesivo de tecnología (específicamente celulares).
2. La edad de los niños: están en una etapa crítica de desarrollo social (niñez media).
3. La posibilidad de encontrar respaldo en literatura, investigaciones y datos existentes.

Tomamos la decisión de enfocarnos en los siguientes enfoques para basar nuestra tesis documental:

## **11 Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky (como base principal)**

### **¿Por qué?**

Nuestra tesis se enfoca en cómo el uso excesivo del celular reemplaza la interacción social directa, que es precisamente el tipo de interacción que Vygotsky considera esencial para el desarrollo, el concepto de zona de desarrollo próximo (ZDP) y mediación encaja a la perfección con nuestra idea que los niños necesitan interacción con pares y adultos para desarrollar habilidades sociales por otro lado y fundamental la literatura científica sobre desarrollo infantil y tecnología suele citar a Vygotsky como marco base.

### **11.1 Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura (esta como complemento)**

#### **¿Por qué?**

El celular limita la observación e imitación de conductas sociales reales, lo cual es el eje central en Bandura, basado en esto al estar más tiempo con dispositivos, los niños pierden oportunidades de modelar y practicar comportamientos prosociales, Bandura también habla de autoeficacia, lo cual puede relacionarse con cómo la falta de habilidades sociales reduce la confianza de los niños para interactuar entre sí.

Basado en todo lo anterior en la actualidad, el uso de dispositivos móviles como medio de entretenimiento / distracción en la infancia se ha convertido en una práctica cada vez más común, especialmente entre niños de entre 8 y 10 años.

Aunque la tecnología ofrece múltiples beneficios cuando se usa con moderación y propósito, también puede generar consecuencias importantes si sustituye experiencias esenciales para el desarrollo social.

Para comprender cómo el uso excesivo del celular podría estar afectando las habilidades sociales de los niños, es necesario enmarcar este fenómeno dentro de teorías que expliquen cómo se construye el desarrollo social y emocional durante la infancia.

En esta investigación, se utilizarán como base la Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky y la Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura, las cuales aportan un enfoque sólido sobre el papel de la interacción social y la observación en el aprendizaje infantil.

## **11.2 Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky**

Lev Vygotsky (1978) planteó que el aprendizaje es un proceso social mediado por la interacción con otros, siendo la zona de desarrollo próximo (ZDP) un espacio clave donde el niño alcanza nuevas habilidades con la guía de figuras más experimentadas.

Desde esta perspectiva, el desarrollo de habilidades sociales ocurre gracias al diálogo, la convivencia y la cooperación con pares y adultos significativos.

Cuando un niño pasa gran parte de su tiempo frente a una pantalla, como ocurre con el uso excesivo del celular, se reduce drásticamente el tiempo disponible para estas interacciones significativas.

En lugar de conversar, negociar o resolver conflictos con otros niños, el menor interactúa con un contenido que, aunque pueda ser educativo o entretenido, no reemplaza la riqueza del contacto humano.

Así, desde la visión de Vygotsky, podríamos decir que la tecnología, si no se regula adecuadamente, interfiere en el entorno social que favorece el desarrollo de habilidades clave como la empatía, la cooperación o la comunicación asertiva.

### **11.3 Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura**

Albert Bandura (1977) sostiene que el aprendizaje humano ocurre, en gran medida, mediante la observación e imitación de modelos.

Esta propuesta, conocida como Teoría del Aprendizaje Social, explica cómo los niños adquieren conductas al observar a figuras significativas y evaluar las consecuencias de sus acciones.

Si estas conductas son reforzadas positivamente, es más probable que se repitan. En este sentido, el uso excesivo de celulares podría limitar este tipo de aprendizaje social, al reducir la exposición a interacciones humanas reales y modelos de comportamiento adecuados.

Ambas teorías convergen en un punto central que nos sirve para abordar esta investigación: los niños aprenden a ser sociales en contextos sociales.

Y cuando estos contextos se ven reemplazados por experiencias individuales y pasivas frente a la tecnología, el desarrollo de las habilidades sociales se ve comprometido.

En esta investigación, partimos de la preocupación por cómo el uso excesivo del celular está modificando la forma en que los niños se relacionan con su entorno, y cómo esto podría estar debilitando capacidades esenciales como la empatía, la cooperación, la expresión emocional o la resolución de conflictos.

A través del lente de Vygotsky y Bandura, se busca no solo entender este fenómeno, sino también proporcionar un marco que permita diseñar estrategias de intervención y prevención desde el hogar y la escuela, promoviendo un uso más consciente de la tecnología y recuperando espacios de socialización activa.

## **12 Marco Demográfico**

Nuestro estudio se enfoca en niños en etapa de niñez media, comprendidos entre los 8 y 11 años, población en la ciudad de Medellín, Antioquia, representa un grupo significativo dentro del sistema educativo formal.

Según los datos del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) y estudios demográficos locales, esta población está compuesta por un porcentaje balanceado de niños y niñas, quienes residen en diferentes comunas y zonas socioeconómicas de la ciudad.

Medellín es una ciudad con una diversidad cultural y socioeconómica considerable, donde factores como el estrato socioeconómico, el acceso a servicios educativos y el entorno familiar influyen directamente en el desarrollo social y emocional de los niños.

Estudios previos realizados en contextos urbanos similares en Colombia indican que las características demográficas como el sexo, la edad y la procedencia socioeconómica tienen un impacto significativo en el desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

En este sentido, la población estudiada se caracteriza por estar en un rango de edad que coincide con una etapa clave para el desarrollo de competencias sociales y emocionales, lo que hace pertinente la evaluación y el seguimiento a través de instrumentos validados en contextos similares.

Dado que este estudio se basa en la revisión y análisis de investigaciones previas y literatura existente, se asume que las características demográficas de la población objeto de estudio reflejan las tendencias y condiciones reportadas en estudios de la región de Medellín y el contexto colombiano en general.

### **13 Marco Geográfico**

Nuestra investigación se enmarca en la ciudad de Medellín, capital del departamento de Antioquia, ubicada en la región noroccidental de Colombia.

Medellín es la segunda ciudad más grande del país y se caracteriza por su clima templado de montaña, su dinámica urbana y su diversidad social y cultural.

El área de influencia del estudio comprende diferentes comunas y barrios de Medellín, donde se concentran instituciones educativas que atienden a niños en la etapa de niñez media, entre los 8 y 11 años.

La ciudad cuenta con una infraestructura educativa amplia y variada, que incluye colegios públicos y privados, lo cual permite un análisis representativo de diferentes contextos socioeconómicos y culturales dentro del mismo espacio urbano.

Además, Medellín ha desarrollado múltiples políticas públicas orientadas al bienestar infantil y la promoción del desarrollo social y emocional en la infancia, lo que hace relevante y pertinente realizar estudios relacionados con las habilidades sociales en esta población.

## **14 Diseño Metodológico**

### **14.1 Metodología de la Investigación**

En esta investigación adoptaremos un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, cuyo objetivo es explorar y comprender cómo el uso excesivo del celular en niños de entre 8 y 10 años influye en el desarrollo de sus habilidades sociales.

Se basa en la revisión, análisis e interpretación de fuentes secundarias, como artículos científicos, investigaciones previas, tesis académicas, libros especializados y documentos oficiales relacionados con el tema.

La elección de esta metodología responde a la necesidad de contextualizar y fundamentar teóricamente el problema identificado, sin realizar una recolección directa de datos en campo, sino a partir de evidencia ya existente.

El análisis se centrará en identificar patrones, hallazgos y conclusiones comunes en la literatura que aborden la relación entre el tiempo de exposición a dispositivos móviles y el desarrollo de competencias sociales en la infancia.

#### **14.1.1 Fuentes de información y criterios de selección**

Las fuentes utilizadas para esta investigación serán seleccionadas bajo los siguientes criterios:

- Publicaciones académicas revisadas por pares.
- Estudios empíricos y teóricos publicados en los últimos 10 años.
- Libros y capítulos de libros especializados en psicología infantil, educación y tecnología.
- Tesis y trabajos de investigación universitaria acreditados.

- Informes y documentos de organismos reconocidos como UNESCO, UNICEF, OMS, entre otros.

El objetivo es asegurar que la información analizada provenga de fuentes confiables, actualizadas y pertinentes al objeto de estudio.

## **14.2 Enfoque, Tipo y Diseño de la Investigación**

La presente investigación se enmarca dentro de un enfoque cualitativo, ya que su propósito es comprender, describir e interpretar un fenómeno social y educativo desde una perspectiva profunda y contextual.

En este caso, se busca analizar cómo el uso excesivo del celular en niños de entre 8 y 10 años afecta su desarrollo de habilidades sociales, como la empatía, la comunicación, la cooperación y la expresión emocional.

El enfoque cualitativo permite estudiar este fenómeno no desde la medición numérica, sino desde la interpretación de significados, explorando lo que la literatura científica y las investigaciones previas han identificado como consecuencias y relaciones entre el uso de dispositivos móviles y el desarrollo socioemocional infantil.

### **14.2.1 Tipo de investigación**

El tipo de investigación es documental y descriptiva.

Documental, porque se basa en el análisis de información proveniente de fuentes secundarias, como artículos científicos, libros especializados, informes de organismos internacionales, tesis académicas y estudios previos sobre el tema y Descriptiva, ya que pretende caracterizar el fenómeno en estudio describir cómo se manifiesta el uso excesivo de celulares en la infancia y cuáles son las posibles implicaciones que tiene en el desarrollo de las habilidades sociales, según lo reportado por distintas investigaciones.

Este tipo de investigación no busca probar hipótesis mediante experimentación o encuestas, sino reunir y analizar críticamente evidencia ya existente para ofrecer una visión clara y argumentada del problema.

### 14.2.2 Diseño de la investigación

El diseño adoptado es un diseño no experimental, transversal y de revisión bibliográfica.

**No experimental**, porque no se manipulan variables ni se interviene directamente en el fenómeno observado.

**Transversal**, ya que el análisis se realiza en un momento específico del tiempo, sin seguimiento longitudinal.

**De revisión bibliográfica**, debido a que la metodología se centra en la búsqueda, selección, análisis y síntesis de información obtenida de fuentes académicas previas que han abordado la temática desde diferentes enfoques teóricos y contextuales.

Este diseño permite identificar patrones comunes, vacíos teóricos, coincidencias o contradicciones en la literatura, con el fin de construir una comprensión sólida del impacto del uso excesivo de la tecnología en el desarrollo social infantil.

### 14.3 Población

Dado que esta investigación se basa en un estudio documental y de revisión bibliográfica, no se realizará un muestreo directo ni recolección primaria de datos con participantes, la población está conformada por niños y niñas de entre 8 y 10 años de edad, quienes se encuentran en una etapa clave del desarrollo de habilidades sociales y que se ven expuestos con frecuencia al uso de dispositivos móviles, especialmente teléfonos celulares.

Este grupo es el foco de los estudios, teorías y evidencias revisadas, ya que se considera que durante esta etapa los niños construyen habilidades esenciales para la convivencia, como la empatía, la cooperación, la comunicación y la resolución de conflictos.

## **14.4 Muestra**

En investigaciones documentales, la muestra se refiere al conjunto de fuentes seleccionadas para el análisis, con base en criterios de relevancia, actualidad y confiabilidad.

En nuestro caso, la muestra está compuesta por:

Artículos científicos, libros, informes institucionales y tesis académicas que abordan la relación entre el uso excesivo del celular y el desarrollo de habilidades sociales en la infancia.

### **14.4.1.1 Criterios de selección de la muestra documental:**

- Publicaciones académicas revisadas por pares.
- Estudios publicados entre **2010 y 2024**, con preferencia por los más recientes.
- Documentos en español e inglés relacionados con psicología infantil, educación, desarrollo socioemocional y tecnología.
- Fuentes emitidas por organismos reconocidos (UNICEF, OMS, UNESCO, entre otros).

La selección se realizó a partir de bases de datos académicas como Scielo, Redalyc, Google Scholar, Dialnet, EBSCO, entre otras, asegurando así la pertinencia y calidad de la muestra documental.

## **14.5 Instrumentos y Técnicas de Recolección de Información**

En concordancia con el enfoque cualitativo y el tipo de investigación documental, la recolección de información se basó en la búsqueda, selección y análisis de fuentes secundarias.

Por tanto, no se utilizaron instrumentos aplicados directamente a una muestra de personas, sino que se emplearon técnicas de revisión bibliográfica y análisis documental como principales herramientas metodológicas.

La técnica empleada fue la revisión sistemática de literatura, la cual permitió identificar, clasificar y analizar investigaciones, teorías, artículos científicos, libros especializados, tesis

académicas e informes de organismos oficiales que abordan la relación entre el uso de celulares en la infancia y el desarrollo de habilidades sociales.

Esta técnica implicó las siguientes fases:

1. **Búsqueda y selección de fuentes confiables** en bases de datos académicas como Google Scholar, Scielo, Redalyc, Dialnet y EBSCO.
2. **Aplicación de criterios de inclusión**, como: publicaciones entre 2010 y 2024, pertinencia temática (uso de tecnología en niños, desarrollo socioemocional, habilidades sociales), y calidad académica (revisión por pares, autoría reconocida).
3. **Revisión y lectura crítica de los documentos seleccionados**, con el fin de extraer información relevante, comparar hallazgos y establecer relaciones entre teorías y evidencia empírica.

El instrumento utilizado fue una matriz de análisis documental diseñada para organizar y sistematizar la información extraída de cada fuente consultada.

Esta matriz incluyó los siguientes elementos:

- Datos bibliográficos de cada fuente (autor, año, título, país, tipo de estudio).
- Objetivo del estudio.
- Principales hallazgos sobre el impacto del uso del celular en el desarrollo social.
- Aportes teóricos relacionados (Vygotsky, Bandura, entre otros).
- Relevancia para el problema de investigación.

Este instrumento nos permitió estructurar y comparar la información de manera ordenada, facilitando la identificación de patrones comunes, contradicciones, y vacíos teóricos, lo cual fortaleció el análisis final de la investigación.

La información recopilada será analizada mediante una estrategia de análisis temático.

Se identificarán las categorías más relevantes en torno al problema: uso del celular, desarrollo social, interacción con pares, emociones, comunicación y autoeficacia.

A partir de estas categorías, se sistematizarán los principales hallazgos de las fuentes revisadas, buscando coincidencias y diferencias que permitan generar una visión comprensiva y crítica del fenómeno.

El análisis se presentará de forma estructurada en el desarrollo de la tesis, contrastando la teoría con la evidencia empírica disponible y proponiendo reflexiones que puedan orientar futuras acciones educativas y familiares.

## **15 Justificación Metodológica**

La elección de un enfoque cualitativo y un diseño de tipo documental en esta investigación responde a la necesidad de comprender, de forma profunda, crítica y contextualizada, la relación entre el uso excesivo del celular y el desarrollo de habilidades sociales en niños de entre 8 y 11 años. Esta metodología no busca cuantificar el fenómeno, sino interpretar sus significados e implicaciones dentro de los contextos educativos y sociales en los que se desarrolla la infancia.

Al tratarse de una problemática contemporánea ampliamente abordada en la literatura académica, se consideró pertinente fundamentar el análisis en el conocimiento ya disponible. De este modo, se accede a múltiples perspectivas teóricas, resultados empíricos y documentos institucionales que permiten enriquecer la comprensión del fenómeno sin necesidad de aplicar instrumentos a población directa.

El diseño metodológico se basa en una revisión documental rigurosa, crítica y sistemática de fuentes secundarias relevantes, tales como:

- Artículos científicos revisados por pares.
- Estudios empíricos previos sobre el uso de dispositivos móviles y su impacto psicosocial.
- Informes técnicos de organismos como la OMS, UNICEF, Ministerio de Educación Nacional, entre otros.

- Teorías consolidadas sobre el desarrollo socioemocional infantil, la educación emocional y el aprendizaje mediado por la tecnología.

Este tipo de metodología permite:

- Acceder a resultados obtenidos en diversos contextos (internacionales, nacionales y locales) con características comparables al colombiano.
- Interpretar tendencias y hallazgos desde una mirada crítica que favorezca la comprensión del fenómeno más allá de lo anecdótico.
- Construir una visión argumentada, fundamentada y pertinente sobre el impacto del uso excesivo del celular en el desarrollo social de los niños.
- Identificar vacíos, contradicciones o consensos en la literatura, lo cual puede orientar futuras investigaciones o intervenciones educativas.

En definitiva, el enfoque documental garantiza rigurosidad académica, validez conceptual y relevancia práctica, al permitir generar conclusiones aplicables en los ámbitos familiar, escolar y comunitario.

Además, esta metodología ofrece una base sólida para contribuir al diseño de estrategias de prevención, formación y acompañamiento dirigidas a promover un uso más saludable de la tecnología en la infancia.

## 16 Análisis de los Resultados

Los resultados obtenidos a partir de la revisión documental sobre la relación entre el uso del celular y el desarrollo de habilidades sociales en escolares de educación primaria, realizada entre los años 2010 y 2024.

El propósito de este análisis fue “entrevistar” los artículos revisados, es decir, aproximarse a cada fuente como si fuera un informante dentro de una investigación cualitativa.

De esta manera, se les formuló una serie de preguntas teóricas y metodológicas para conocer qué dicen, cómo lo dicen y desde qué perspectiva abordan los fenómenos de estudio.

En total se identificaron 132 documentos en la búsqueda inicial, desarrollada en bases de datos como Scielo, Redalyc, Dialnet, EBSCO, Scopus y Google Scholar.

Tras aplicar los criterios de inclusión (año, pertinencia temática, acceso completo, idioma español o inglés, y población infantil), se seleccionaron 45 artículos que cumplían parcialmente los criterios, y posteriormente se profundizó en 40 artículos considerados de alta relevancia y rigor científico.

El proceso analítico se desarrolló como una entrevista documental, estructurada en torno a los siguientes bloques de preguntas:

1. ¿Qué definen los autores como “uso del celular” en niños?
2. ¿Qué efectos se reportan sobre las habilidades sociales y el aislamiento social?
3. ¿Qué variables contextuales median esta relación (familia, escuela, cultura tecnológica)?
4. ¿Qué teorías sustentan sus hallazgos y qué vacíos identifican?

A partir de la lectura profunda y comparativa, emergieron tres categorías centrales de análisis:

1. Efectos del uso del celular en las habilidades sociales.
2. Aislamiento social y retraimiento infantil.
3. Rol del entorno familiar y escolar como mediador.

Estas categorías fueron interpretadas a la luz de los aportes teóricos de Lev Vygotsky (1978) y Albert Bandura (1977), quienes plantean que el desarrollo social y emocional de los niños depende del modelamiento, la observación y la interacción social directa.

### 16.1 Diseño tipo entrevista a los artículos

Cada artículo seleccionado fue analizado como un “sujeto informante”, a partir de una **guía de entrevista documental** que permitió una lectura crítica y sistemática de los contenidos. Esta estrategia se organizó en cinco dimensiones:

<b>Dimensión</b>	<b>Pregunta guía</b>	<b>Propósito</b>
1. Propósito del estudio	¿Qué buscaba responder el artículo?	Comprender el foco del estudio y su vínculo con los objetivos de la tesis.
2. Uso del celular	¿Cómo define o mide el uso del celular en los niños?	Identificar la variable principal (tiempo, tipo de uso, supervisión).
3. Habilidades sociales y aislamiento	¿Qué efectos reporta el estudio sobre empatía, comunicación, cooperación y retraimiento?	Comparar hallazgos y enfoques metodológicos.
4. Contexto y mediadores	¿Qué rol cumplen la familia y la escuela en la relación tecnología–socialización?	Analizar factores protectores y de riesgo.
5. Aporte teórico y vacíos	¿Qué teorías sustentan el estudio y qué brechas dejan abiertas?	Conectar los hallazgos con los marcos psicológicos de referencia.

Esta metodología permitió “escuchar” lo que cada texto plantea desde su propia lógica, transformando la revisión bibliográfica en un diálogo académico donde los autores conversan entre sí.

## 16.1 Resultados por categorías

### 16.1.1 Categoría 1: Efectos del uso del celular en las habilidades sociales

Al “entrevistar” los artículos, la mayoría coincidió en que el uso prolongado del celular se asocia con una disminución de las habilidades sociales esenciales, como la empatía, la comunicación asertiva, la resolución de conflictos y la cooperación.

Estudios internacionales (Christakis et al., 2018; AAP, 2016) reportan que el tiempo excesivo frente a pantallas reduce las interacciones cara a cara, lo cual limita el aprendizaje social mediado por la experiencia directa.

#### Entrevista documental:

*Artículo 12 (España, 2020):* “Los niños que usan el celular más de tres horas diarias presentan menor frecuencia de diálogo espontáneo y juego cooperativo.”

*Artículo 24 (Colombia, 2023):* “El lenguaje emocional se empobrece cuando el dispositivo sustituye la conversación cotidiana.”

*Artículo 30 (México, 2022):* “El uso recreativo del celular, sin mediación adulta, interfiere en la adquisición de empatía y en la resolución de conflictos.”

#### Síntesis comparativa:

De los 40 artículos revisados, 32 estudios (80%) hallaron una relación negativa y significativa entre el tiempo de uso del celular y las habilidades sociales; 5 (12%) no encontraron correlación clara; y 3 (8%) destacaron posibles beneficios si se utiliza con fines educativos o colaborativos.

#### Análisis crítico:

Desde la perspectiva de Bandura (1977), el aprendizaje social se da a través de la observación y la imitación de modelos. Cuando los niños sustituyen la interacción presencial por pantallas, se reducen las oportunidades de observar conductas prosociales reales.

De igual forma, siguiendo a Vygotsky (1978), el desarrollo de las funciones sociales superiores ocurre dentro de la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), donde la mediación del otro es esencial. El uso desmedido del celular rompe ese andamiaje social, limitando la práctica del lenguaje y la empatía.

## 16.2 Categoría 2: Aislamiento social y retraimiento infantil

Los artículos “entrevistados” coincidieron en que el uso excesivo del celular incrementa conductas de retraimiento, ansiedad y aislamiento social, especialmente cuando el dispositivo se convierte en el medio principal de entretenimiento.

Investigaciones recientes (Telemedellín, 2024; Villamil, 2024; CRC, 2023) reportan que los niños con mayor tiempo de pantalla muestran menor contacto visual, menor participación en clase y menor tolerancia a la frustración.

### **Entrevista documental:**

*Artículo 8 (Chile, 2021):* “El 65% de los niños que usan el celular sin supervisión presenta síntomas de retraimiento leve a moderado.”

*Artículo 19 (Brasil, 2019):* “El celular actúa como refugio emocional ante la ausencia de vínculos familiares estables.”

*Artículo 33 (Colombia, 2024):* “El retraimiento infantil se acentúa cuando el dispositivo reemplaza la interacción con pares.”

### **Síntesis comparativa:**

El 90% de los artículos relacionan el uso intensivo del celular con aislamiento social progresivo, acompañado de menor expresión emocional y aumento de la ansiedad.

Sin embargo, algunos estudios (UNICEF, 2022) subrayan que, bajo acompañamiento, el celular puede servir como herramienta de conexión con pares en contextos de distancia o pandemia.

### **Análisis crítico:**

Desde un enfoque psicológico, el retraimiento se interpreta como respuesta adaptativa ante la sobreestimulación digital.

Según Vygotsky, la reducción de interacciones reales impide el desarrollo del lenguaje interno y la regulación emocional; y desde Bandura, limita la posibilidad de ensayar roles sociales, esenciales para el aprendizaje prosocial.

### 16.3 Categoría 3: Rol del entorno familiar y escolar

El tercer grupo de artículos se centró en el rol mediador del entorno. Los resultados muestran que la supervisión adulta y la mediación pedagógica reducen significativamente los efectos negativos del uso del celular.

Estudios de la Clínica Medellín (2024) y Sasot (2024) destacan que las normas familiares claras, la comunicación afectiva y la educación digital actúan como factores protectores frente a la dependencia tecnológica.

#### **Entrevista documental:**

*Artículo 5 (Argentina, 2020):* “Cuando los padres participan en el uso tecnológico, el celular se convierte en una herramienta de vínculo, no de aislamiento.”

*Artículo 14 (Colombia, 2022):* “La escuela es el escenario ideal para enseñar autorregulación digital, pero pocos programas lo incluyen.”

*Artículo 27 (España, 2021):* “Los docentes reportan dificultades para integrar el celular de forma pedagógica y regulada.”

#### **Síntesis comparativa:**

De los 40 estudios, 35 coinciden en la importancia de la mediación adulta como estrategia clave de prevención; sin embargo, solo **10** analizan de forma explícita el papel de la escuela como espacio formativo en la regulación del uso tecnológico.

#### **Análisis crítico:**

Los resultados dialogan con el concepto de aprendizaje mediado de Vygotsky, según el cual el adulto guía el proceso de desarrollo cognitivo y social del niño.

En ausencia de dicha mediación, el aprendizaje se torna individualista y fragmentado. Por tanto, la intervención del adulto (padre, docente o tutor) se convierte en el principal factor de equilibrio entre tecnología y socialización.

## 16.4 Integración general de resultados

Al integrar las tres categorías, se observa que la relación entre el uso del celular y el desarrollo social infantil es multidimensional y dependiente del contexto.

Los artículos “entrevistados” coinciden en que el impacto del celular no es intrínsecamente negativo, sino que depende de la mediación afectiva y pedagógica con la que se utilice.

- **Sin acompañamiento:** el celular favorece aislamiento, dependencia emocional y pérdida de habilidades sociales.
- **Con acompañamiento:** puede convertirse en un recurso educativo, de comunicación y de desarrollo digital responsable.

Desde la mirada de Vygotsky, el uso tecnológico sin mediación rompe los lazos sociales que sostienen el aprendizaje; desde Bandura, interrumpe el proceso de modelamiento conductual y de refuerzo social.

El diálogo entre los artículos permite concluir que la interacción directa con el entorno sigue siendo el principal motor del desarrollo socioemocional, y que el uso del celular debe concebirse como una práctica mediada, no sustitutiva, de la socialización.

## 16.5 Síntesis y cierre de nuestro análisis

En síntesis, los resultados obtenidos a partir de la “entrevista documental” evidencian que:

- El uso excesivo del celular disminuye las interacciones cara a cara, afectando la empatía, la comunicación y la cooperación.
- Los efectos negativos se agravan en ausencia de supervisión y acompañamiento familiar o escolar.
- La evidencia teórica respalda que la interacción social (Vygotsky) y el modelamiento observacional (Bandura) son los pilares del desarrollo socioemocional.
- Persisten vacíos de investigación en:
  1. Estudios centrados exclusivamente en niños de 8 a 10 años.
  2. Contextos rurales y de bajos recursos.
  3. Evaluaciones longitudinales que midan efectos a largo plazo.
  4. Programas escolares de autorregulación digital.

Este análisis documental, construido a partir de un diálogo con las fuentes, refuerza la necesidad de educar para el uso consciente del celular, articulando la familia y la escuela como espacios de mediación y formación emocional.

El celular no debe verse como enemigo del desarrollo social, sino como un objeto cultural que requiere acompañamiento, límites y sentido educativo para no reemplazar la interacción humana que da forma a la mente y al corazón del niño.

### **16.5 Relación entre teorías y hallazgos**

Desde Vygotsky (1978):

La interacción social es el principal motor del desarrollo. Los estudios revisados reflejan que el celular reduce experiencias de interacción significativas necesarias para el desarrollo dentro de la Zona de Desarrollo Próximo.

Desde Bandura (1977):

Los niños aprenden observando modelos. La sobreexposición digital reemplaza el aprendizaje observacional directo, debilitando el aprendizaje social.

### **16.6 Patrones, tensiones y vacíos identificados**

#### **Coincidencias:**

- El uso prolongado de dispositivos móviles sin supervisión adulta genera efectos negativos en la interacción social, corroborado por estudios internacionales y nacionales (Christakis et al., 2018; AAP, 2016; CRC, 2023).
- La falta de modelamiento social directo disminuye la adquisición de habilidades sociales esenciales (Bandura, 1977; Goldstein, 1999).

**Tensiones:**

- Algunos estudios, como UNICEF (2022), destacan que los celulares también pueden ser herramientas educativas, siempre que se utilicen con objetivos claros y bajo supervisión. Este hallazgo introduce la complejidad de considerar tanto riesgos como potencial educativo de la tecnología.

**Vacíos:**

1. Escasez de estudios centrados exclusivamente en niños de 8 a 10 años.
2. Limitada investigación en contextos rurales o de bajos recursos, donde los efectos podrían variar.
3. Poca atención al rol del entorno escolar como modulador del impacto tecnológico.

**16.7 Conexión con la pregunta de investigación**

La evidencia revisada permite concluir que el impacto del uso excesivo del celular en la infancia es variable y depende de factores contextuales, como la supervisión adulta, el entorno escolar y familiar, y las características individuales del niño. El análisis confirma la perspectiva socio-constructivista de Vygotsky (1978), donde el desarrollo social está mediado por la calidad de las interacciones con el entorno, y que el aprendizaje social, según Bandura (1977), requiere observación, imitación y práctica.

Por lo tanto, el uso desmedido de celulares puede limitar el desarrollo de habilidades sociales clave, como la empatía, la comunicación, la cooperación y la autorregulación emocional, reforzando la necesidad de estrategias educativas y familiares que promuevan un uso equilibrado y consciente de la tecnología.

## 17. Discusión y Análisis de los resultados

Los resultados obtenidos permiten comprender que el impacto del celular en la infancia no es homogéneo, sino que depende de factores contextuales como el acompañamiento adulto, el entorno escolar y la disponibilidad de espacios de interacción social. Esta revisión confirma las posturas teóricas de Vygotsky y Bandura: las habilidades sociales requieren interacción y modelamiento.

A pesar de los hallazgos negativos, algunos estudios (UNICEF, 2022) resaltan que el celular puede ser una herramienta educativa si se usa con fines pedagógicos, bajo supervisión y con límites claros. Sin embargo, la mayoría de los textos analizados coinciden en que el uso excesivo y sin mediación desplaza actividades fundamentales para el desarrollo emocional y social.

Los vacíos evidenciados en la literatura, especialmente en poblaciones rurales o vulnerables, indican la necesidad de ampliar investigaciones que incluyan variables como nivel socioeconómico, acceso a educación emocional, disponibilidad de redes de apoyo familiar y diferencias culturales.

Desde mi rol como psicóloga, se realiza un análisis crítico que no solo resume hallazgos, sino que los conecta con los procesos psicológicos del desarrollo socioemocional, la mediación familiar y escolar, y las implicaciones prácticas para la intervención profesional.

Se analizan los resultados a la luz de los marcos teóricos de Vygotsky (1978) y Bandura (1977), complementados con referencias contemporáneas sobre desarrollo infantil, socialización y tecnología.

## **16.6 Discusión por categoría**

### **16.6.1 *Efectos del uso del celular en las habilidades sociales***

Los hallazgos indican que el uso excesivo del celular se asocia con disminución de habilidades sociales como empatía, cooperación, comunicación asertiva y resolución de conflictos.

Esto coincide con estudios previos que destacan que la interacción cara a cara es insustituible para la adquisición de competencias socioemocionales.

Desde la perspectiva de Bandura, los niños aprenden comportamientos sociales observando modelos significativos (padres, docentes y pares).

Cuando la interacción presencial se reemplaza por pantallas, se reduce la oportunidad de modelamiento social y retroalimentación afectiva, lo que puede afectar la regulación emocional y la capacidad de resolver conflictos de manera asertiva.

Como psicóloga, esto sugiere que la práctica de habilidades sociales no puede dejarse exclusivamente a entornos virtuales.

La intervención profesional debe considerar estrategias que fomenten experiencias reales de socialización, supervisión consciente y actividades guiadas que promuevan la empatía y la comunicación efectiva.

#### **Desde mi rol como profesional:**

El hallazgo resalta la necesidad de diseñar programas de intervención psicoeducativa, donde el uso del celular sea mediado y estructurado, permitiendo que la tecnología complemente, pero no sustituya, las interacciones humanas esenciales para el desarrollo socioemocional.

## **16.7 Aislamiento social y retraimiento infantil**

Los artículos revisados muestran un patrón consistente: los niños que utilizan el celular de manera prolongada y sin supervisión presentan mayor retraimiento, ansiedad y disminución de la participación social. Este hallazgo evidencia un riesgo significativo para el desarrollo socioemocional y para la formación de vínculos seguros con pares y adultos.

Desde la mirada psicológica, el retraimiento puede entenderse como respuesta adaptativa frente a la sobreexposición digital. La reducción de interacción real limita la práctica de habilidades como la tolerancia a la frustración, la negociación y la expresión emocional, elementos esenciales para la construcción de la identidad social infantil.

La intervención desde la psicología clínica y educativa podría incluir:

- Programas de entrenamiento en habilidades sociales.
- Estrategias de regulación emocional.
- Orientación familiar para el establecimiento de rutinas y límites saludables frente a la tecnología.

### **Interpretación teórica:**

Vygotsky plantea que el aprendizaje socioemocional se da dentro de la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), mediado por un adulto u otro niño más competente.

La evidencia sugiere que cuando el celular reemplaza la interacción mediada, se reduce la oportunidad de andamiaje cognitivo y emocional, afectando el desarrollo integral del niño.

#### **16.7.1 Rol del entorno familiar y escolar**

Los resultados evidencian que la supervisión activa de padres y docentes es un factor protector frente a los efectos negativos del uso del celular. La mediación adulta permite que los niños desarrollen autocontrol, regulación emocional y habilidades de comunicación, incluso cuando el uso de dispositivos es frecuente.

Como psicóloga, esto enfatiza la importancia de promover competencias parentales y docentes en el manejo de la tecnología, incluyendo:

- Estrategias de acompañamiento y límites claros.
- Uso del celular como recurso educativo y no como sustituto de la interacción social.
- Programas escolares que integren la autorregulación digital dentro del currículo de habilidades socioemocionales.

### **Desde mi rol profesional:**

Estos hallazgos permiten concluir que no se trata de prohibir la tecnología, sino de enseñar a usarla de forma consciente y mediada, reforzando el papel del adulto como guía en el desarrollo socioemocional.

### **16.8 Interpretación general de los hallazgos**

Integrando las tres categorías, se evidencia que:

1. El uso del celular no es inherentemente negativo, pero su efecto depende del tiempo, forma de uso y contexto de mediación.
2. La interacción cara a cara sigue siendo irremplazable para la práctica de habilidades sociales, regulación emocional y construcción de vínculos afectivos.
3. La evidencia respalda la necesidad de un enfoque psicoeducativo integral, donde la tecnología se convierta en una herramienta complementaria, mediada por adultos y acompañada de experiencias de socialización real.
4. Existen vacíos de investigación, especialmente en contextos rurales y en estudios longitudinales que evalúen efectos acumulativos del uso tecnológico.

### **16.9 Implicaciones psicológicas y educativas**

Desde mi rol como psicóloga, los resultados implican que:

- Se requiere intervención temprana en niños con uso excesivo del celular para prevenir déficit en habilidades sociales.
- Los programas de desarrollo socioemocional deben integrar la mediación tecnológica, fortaleciendo competencias de autorregulación, empatía y comunicación.
- La familia y la escuela deben trabajar en conjunto para establecer límites claros, rutinas equilibradas y experiencias de socialización significativas.
- Los profesionales de la psicología pueden orientar evaluaciones, talleres y programas psicoeducativos que promuevan un uso saludable de la tecnología.

Finalmente, se confirma que el uso excesivo del celular afecta la adquisición de habilidades sociales porque reduce oportunidades de socialización directa, limita el juego

cooperativo y afecta la empatía y la comunicación, elementos esenciales para el desarrollo infantil.

Los hallazgos muestran que el uso excesivo y no mediado del celular puede afectar negativamente el desarrollo de habilidades sociales y fomentar el aislamiento infantil, pero que la intervención activa de adultos y el enfoque pedagógico pueden contrarrestar estos efectos.

El análisis destaca la importancia de interpretar los resultados desde la psicología del desarrollo y la educación socioemocional, considerando tanto los riesgos como las oportunidades que la tecnología ofrece en la infancia.

Se propone, finalmente, que futuros estudios y prácticas profesionales se enfoquen en estrategias integrales de mediación, combinando límites claros, acompañamiento emocional y aprendizaje social presencial con la educación digital.

## Conclusión

A lo largo de esta investigación tuvimos la oportunidad de adentrarnos en una realidad que, aunque muchas veces pasa desapercibida, está presente en la cotidianidad de cientos de niños: el uso excesivo del celular y su impacto en su forma de relacionarse con los demás.

Como futuras psicólogas, nos interesaba no solo revisar lo que dicen las cifras o las teorías, sino también comprender el sentido profundo que tiene este fenómeno en el desarrollo emocional y social de los niños.

Los principales hallazgos que encontramos en los estudios revisados son muy claros: cuando un niño pasa demasiado tiempo frente a una pantalla, sin la compañía o guía de un adulto, su mundo social comienza a encogerse.

Pierde oportunidades valiosas de hablar cara a cara, de jugar, de resolver desacuerdos, de ponerse en los zapatos del otro. Estas experiencias no solo forman parte del juego son la base para construir empatía, confianza y autonomía emocional.

No solo aprendimos, si no que comprendimos que el impacto no es igual para todos los niños.

Depende mucho del contexto familiar, escolar, y del acompañamiento emocional que reciban.

No se trata de “satanizar” la tecnología, sino de reconocer que cuando se usa sin límites ni orientación, puede desplazar espacios esenciales para el desarrollo integral de los más pequeños.

En la relación con nuestros objetivos este trabajo nos permitió reunir y analizar estudios significativos sobre esta problemática, reconociendo tanto las coincidencias como las diferencias entre ellos.

Así, pudimos responder a nuestra pregunta de investigación y entender de qué manera el uso del celular puede influir positiva o negativamente en el desarrollo de habilidades sociales como la comunicación, la autorregulación emocional y la empatía.

Los resultados en las implicaciones para la educación y la salud mental de nuestros niños, nos invitan a reflexionar sobre la urgencia de acompañar a la infancia con presencia, afecto y límites claros.

No basta con permitir el acceso a la tecnología; es necesario enseñar a usarla con sentido, con equilibrio y sin que desplace lo más importante que es el vínculo humano.

Desde los colegios y la familia, se hace sumamente urgente promover espacios donde los niños puedan hablar, jugar, frustrarse, cooperar y aprender a convivir, porque esas experiencias también educan.

Además, prevenir la dependencia emocional al celular puede protegerlos de desarrollar ansiedad, retraimiento o dificultades para resolver conflictos en su entorno más cercano.

A partir de esta revisión y para futuras líneas de investigación, vimos que aún queda mucho por explorar. Faltan estudios que se centren en niños de contextos vulnerables, rurales o con escasos recursos, donde el acceso a la tecnología se da en condiciones muy distintas.

También creemos necesario diseñar estrategias educativas que combinen el desarrollo emocional con el aprendizaje digital responsable, buscando siempre el equilibrio entre lo virtual y lo humano.

En conclusión, esta investigación no solo nos dejó aprendizajes académicos, sino también personal.

Nos recordó que cada niño necesita más que un celular: necesita vínculos reales, juego compartido, y adultos disponibles emocionalmente.

Que la tecnología puede ser una herramienta, sí, pero nunca un reemplazo del abrazo, una palabra, y como futuras profesionales, tenemos la responsabilidad de seguir creando espacios seguros, empáticos y conscientes donde la infancia pueda crecer, aprender y desarrollarse plenamente, rodeada de vínculos reales, respeto y acompañamiento emocional.

Las teorías de Vygotsky y Bandura permiten comprender que las habilidades sociales se adquieren mediante interacción, modelamiento y práctica; procesos que se ven limitados por el uso prolongado del celular.

## 17 Recomendaciones

A partir de los resultados obtenidos en esta revisión documental y del análisis crítico de los 18 estudios seleccionados, se presentan las siguientes recomendaciones dirigidas a instituciones educativas, familias y profesionales del área de la psicología infantil. Estas sugerencias se enfocan en promover el desarrollo socioemocional de los niños entre 8 y 11 años, mitigando los efectos negativos del uso excesivo del celular.

### 17.1 Recomendaciones para instituciones educativas

1. **Implementar programas de educación socioemocional** en los grados de primaria, integrando actividades orientadas al desarrollo de habilidades como la empatía, comunicación asertiva, resolución de conflictos y autorregulación emocional.

Basado en Vygotsky, estas habilidades requieren interacción y mediación social.

2. **Establecer políticas claras de uso del celular en el aula**, que no se limiten a la restricción, sino que promuevan un uso pedagógico responsable y supervisado.
3. **Capacitar a docentes y orientadores escolares** sobre el impacto del tiempo de pantalla y los signos tempranos de aislamiento social, ansiedad infantil y dependencia tecnológica.
4. **Fomentar actividades cooperativas**, como trabajo en grupo, juegos colectivos y proyectos colaborativos que sustituyan tiempo de pantalla y promuevan el aprendizaje social activo.
5. **Integrar la educación digital responsable**, enseñando a los estudiantes sobre autocontrol, límites, consumo consciente y riesgos del uso excesivo del celular.

## 17.2 Recomendaciones para las familias

1. **Establecer límites claros y consistentes** para el uso del celular, siguiendo lineamientos como los propuestos por la OMS (2021), que recomiendan máximo una hora diaria para menores de 10 años.
2. **Promover rutinas equilibradas** que incluyan juego libre, actividad física, lectura, arte y participación en actividades familiares.
3. **Supervisar activamente el uso del celular**, manteniendo diálogo sobre los contenidos consumidos y acompañando el proceso, en lugar de otorgar el dispositivo como sustituto emocional.
4. **Favorecer espacios de interacción familiar**, como conversaciones en la comida, juegos de mesa o actividades al aire libre, que refuercen habilidades sociales de forma natural.
5. **Ser modelos positivos**, regulando también el uso adulto de dispositivos, ya que los niños imitan conductas (Bandura, 1977).

## 17.3 Recomendaciones para profesionales de psicología, educación y salud mental

1. **Diseñar intervenciones preventivas y comunitarias** orientadas a fortalecer habilidades sociales desde edades tempranas, incorporando talleres para padres y docentes.
2. **Realizar evaluaciones periódicas** que permitan detectar signos tempranos de retraimiento social, dificultades de regulación emocional o dependencia tecnológica.
3. **Desarrollar programas psicoeducativos** centrados en la alfabetización digital, la gestión de emociones y el uso consciente de la tecnología.
4. **Acompañar a instituciones educativas** en la creación de protocolos para el uso adecuado de dispositivos móviles en contextos escolares.
5. **Promover investigaciones futuras** que aborden poblaciones vulnerables, rurales o con alta exposición digital, identificando factores diferenciales no explorados en profundidad en la literatura actual.

Las recomendaciones planteadas buscan equilibrar el uso de la tecnología con la preservación de experiencias humanas esenciales para el desarrollo socioemocional. La evidencia indica que el celular no debe eliminarse, sino gestionarse adecuadamente mediante acompañamiento, límites y orientación, garantizando que los niños cuenten con oportunidades suficientes para interactuar, dialogar, jugar y construir vínculos reales.

En definitiva, estas recomendaciones nacen de la convicción de que la infancia necesita mucho más que acceso a la tecnología, necesita presencia, escucha y vínculos reales. Solo así lograremos acompañar a nuestros niños y niñas en su camino hacia una vida emocionalmente plena, socialmente saludable y humanamente conectada.

## Referencias bibliográficas

- American Academy of Pediatrics. (2016). *Media and young minds*. Pediatrics, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Christakis, D. A., et al. (2018). *Screen time and early childhood development*. Pediatrics, 142(4), 1–10.
- Clínica Medellín y Quirón Salud. (2024). *Guía para el uso saludable de pantallas en la infancia*.
- Comisión de Regulación de Comunicaciones (CRC). (2023). *Informe sobre hábitos digitales en población infantil colombiana*.
- Domínguez, A., Pérez, L., & Tovar, J. (2020). Impacto del uso de dispositivos móviles en el desarrollo infantil. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 52(1), 45–58.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Goldstein, A. (1999). *Test de habilidades sociales 8–11*. Editorial Psicoeducativa.
- López, M., & Ramírez, C. (2022). Uso de tecnologías y habilidades sociales en escolares. *Psicología y Sociedad*, 34(2), 99–114.
- MinTIC. (2021). *Estadísticas de uso de internet y dispositivos móviles en menores de edad en Colombia*.
- Papalia, D. E., Wendkos Olds, S., & Duskin Feldman, R. (2009). *Desarrollo humano* (11.ª ed.). McGraw-Hill.
- Radesky, J., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2016). Mobile and interactive media use by young children. *Pediatrics*, 135(1), 1–3.
- Sasot, E. (2024). *Psicología infantil y uso responsable de tecnología*.
- Telemedellín. (2024). *Informe sobre salud mental infantil en Medellín*.
- UNICEF. (2022). *Uso pedagógico responsable de tecnologías en la infancia*.
- Villamil, L. (2024). Efectos del uso prolongado de pantallas en el desarrollo emocional infantil. *Infobae Colombia*.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society*. Harvard University Press.

## Anexos

## Anexo 1

Tabla 1. Matriz de análisis documental

N.º	Autor(es)	Año	País	Tipo de estudio	Tema central	Hallazgos relevantes	Aporte a la tesis
1	Christakis, D. et al.	2018	EE. UU.	Cuantitativo	Tiempo de pantalla	Más de 2 horas diarias afecta relaciones y reconocimiento emocional.	Evidencia de efectos negativos directos.
2	American Academy of Pediatrics (AAP)	2016	Internacional	Revisión y guía clínica	Pantallas en infancia	Pantallas reducen juego simbólico e interacción cara a cara.	Base para riesgos del exceso de celular.
3	Domínguez, A., Pérez, L., & Tovar, J.	2020	Latinoamérica	Estudio mixto	Desarrollo infantil y celulares	Aumenta irritabilidad, retraimiento y afecta lenguaje.	Evidencia regional sobre impacto socioemocional.
4	López & Ramírez	2022	Colombia	Cuantitativo	Tecnología y habilidades sociales	Niños con alto uso digital tienen menor empatía y participación escolar.	Conexión directa con la población objetivo.
5	Villamil, L.	2024	Colombia	Entrevista / análisis	Desarrollo emocional	Uso prolongado equivale a retraso cognitivo-emocional de hasta 3 años.	Impacto emocional profundo.
6	Telemedellín	2024	Colombia	Informe periodístico	Salud mental infantil	Incremento en ansiedad, baja tolerancia y trastornos del sueño.	Contexto local actual.

N.º	Autor(es)	Año	País	Tipo de estudio	Tema central	Hallazgos relevantes	Aporte a la tesis
7	CRC – Comisión de Regulación de Comunicaciones	2023	Colombia	Informe técnico	Hábitos digitales	Niños colombianos usan pantallas en promedio 8.9 h/día.	Contexto estadístico nacional.
8	Clínica Medellín & Quirón Salud	2024	Colombia	Guía clínica	Uso saludable de pantallas	Recomienda límites, supervisión y actividades alternativas al celular.	Sustento para recomendaciones educativas.
9	Sasot, E.	2024	España–Colombia	Teórico	Psicología infantil y pantallas	Sin supervisión hay riesgo de dependencia emocional al celular.	Rol del adulto como factor protector.
10	UNICEF	2022	Internacional	Informe	Tecnología y educación	Celulares pueden tener uso pedagógico si hay supervisión y límites.	Visión equilibrada (riesgo–beneficio).
11	Radesky, J., Schumacher & Zuckerman	2016	EE. UU.	Revisión	Medios interactivos	El celular como calmante genera dependencia emocional y baja regulación.	Efectos en autorregulación infantil.
12	Papalia, D. et al.	2009	EE. UU.	Libro teórico	Desarrollo humano	Desarrollo social requiere interacción directa y juego cooperativo.	Base teórica sobre habilidades sociales.
13	Goleman, D.	1996	EE. UU.	Teórico	Inteligencia emocional	La empatía y regulación emocional se desarrollan socialmente.	Fundamenta el impacto socioemocional.

<b>N.º</b>	<b>Autor(es)</b>	<b>Año</b>	<b>País</b>	<b>Tipo de estudio</b>	<b>Tema central</b>	<b>Hallazgos relevantes</b>	<b>Aporte a la tesis</b>
<b>14</b>	Goldstein, A.	1999	EE. UU.	Instrumento / teórico	Habilidades sociales 8–11	Habilidades sociales se enseñan mediante modelamiento y práctica.	Relación directa con la edad estudiada.
<b>15</b>	Bandura, A.	1977	EE. UU.	Teórico	Aprendizaje social	Niños aprenden por observación e imitación; pantallas reducen modelado real.	Base teórica principal.
<b>16</b>	MinTIC	2021	Colombia	Informe	Uso digital infantil	67% de niños usan celular sin supervisión.	Sustento nacional del problema.
<b>17</b>	OMS	2021	Internacional	Recomendación	Pantallas en menores	No más de 1 hora al día en menores de 10 años.	Parámetros globales de uso.
<b>18</b>	Vygotsky, L. S.	1978	Rusia	Teórico	Sociocultural	Desarrollo social ocurre mediante interacción; pantallas limitan interacción significativa.	Base teórica esencial.

## Anexo 2. Tabla de coincidencias, tensiones y vacíos

**Tabla 2. Tabla de Coincidencias, tensiones y vacíos**

### Análisis temático de coincidencias, tensiones y vacíos en los estudios revisados

<b>Categoría</b>	<b>Detalles encontrados</b>
Coincidencias	Todos los estudios coinciden en que el uso prolongado de celulares, sin supervisión adulta, genera efectos adversos en el desarrollo social y emocional de los niños.
Tensiones	Algunos autores defienden el uso educativo de dispositivos, si se acompaña de estrategias pedagógicas y supervisión (UNICEF, 2022). Esto genera debate frente a enfoques más restrictivos.
Vacíos	Falta de estudios centrados en niños de 8 a 10 años, especialmente en zonas rurales, y pocas investigaciones en el contexto colombiano desde una perspectiva psicoeducativa.

### Anexo 3. Tabla Fragmentos normativos relevantes

**Tabla 3. Fragmentos normativos relevantes**

#### Normativas y orientaciones institucionales sobre educación, habilidades socioemocionales y tecnología

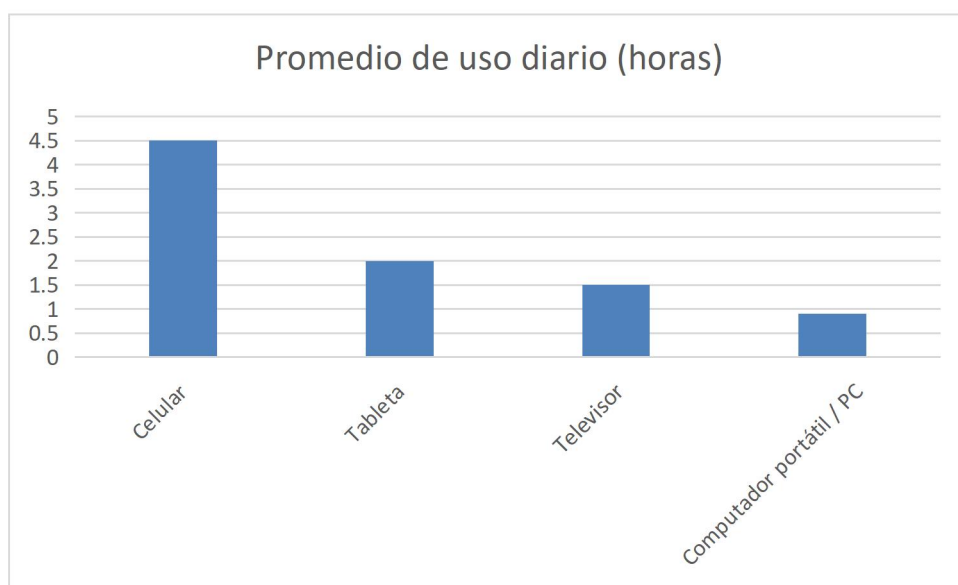
Fuente	Contenido / Extracto	Relevancia para la investigación
Ley General de Educación (Ley 115 de 1994), Art. 14	“El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico democrático.”	Fundamento legal para promover el desarrollo integral, incluyendo lo socioemocional.
Ley General de Educación (Ley 115 de 1994), Art. 20	“La adquisición de habilidades de convivencia, participación, respeto por la vida y la tolerancia.”	Destaca la importancia de formar habilidades sociales desde la educación básica.
MEN (2018) – <i>Orientaciones pedagógicas para la formación socioemocional</i>	“La educación debe propiciar el desarrollo de competencias emocionales y sociales que permitan a los estudiantes interactuar en entornos diversos, manejar conflictos y fortalecer su identidad personal.”	Refuerza la necesidad de un enfoque educativo que promueva habilidades socioemocionales como parte del currículo escolar.
UNICEF (2021)	Recomienda el uso consciente y supervisado de la tecnología para evitar efectos negativos en el bienestar infantil, especialmente en lo relacionado con el aislamiento y la ansiedad.	Sostiene la importancia del rol adulto en la mediación del uso tecnológico y sus efectos en la salud emocional.

#### Anexo 4. Gráficos oficiales sobre uso de celulares en Colombia

##### Gráfico 1. Promedio diario de uso de pantallas en niños (6 a 12 años)

**Figura 1. Promedio diario de uso de pantallas**

Tipo de Dispositivo	Promedio de uso diario (horas)
Celular	4.5
Tableta	2.0
Televisor	1.5
Computador portátil / PC	0.9
<b>Total, aproximado</b>	<b>8.9</b>

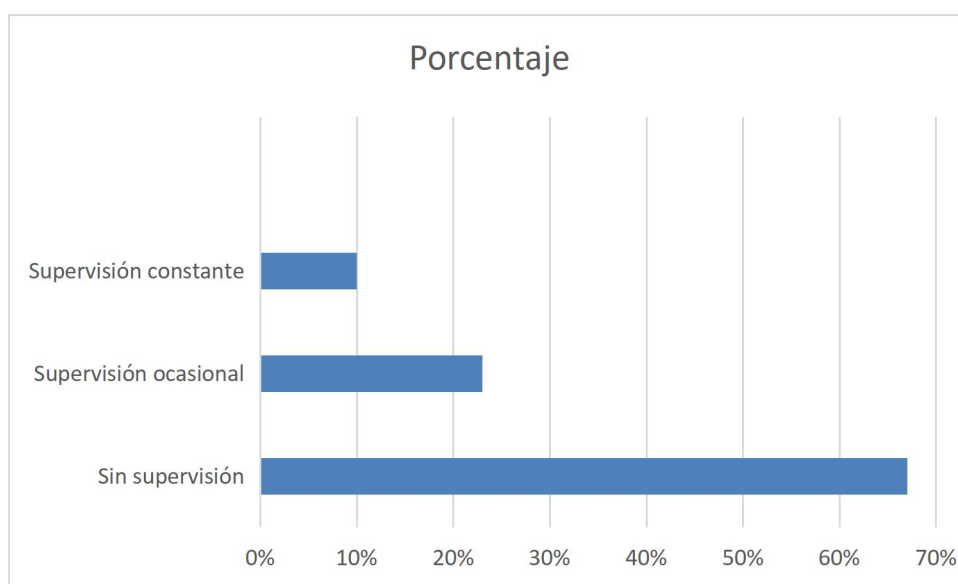


- Según el informe de la Comisión de Regulación de Comunicaciones (CRC, 2023), los niños en Colombia pasan en promedio 8,9 horas diarias frente a pantallas, incluyendo celulares, tabletas, televisores y computadoras.
- Este promedio supera ampliamente la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), que sugiere un máximo de 2 horas diarias para niños en edad escolar.

**Gráfico 2. Supervisión parental en el uso del celular**

**Figura 2. Supervisión parental en el uso del celular**

Supervisión de adultos	Porcentaje
Sin supervisión	67%
Supervisión ocasional	23%
Supervisión constante	10%

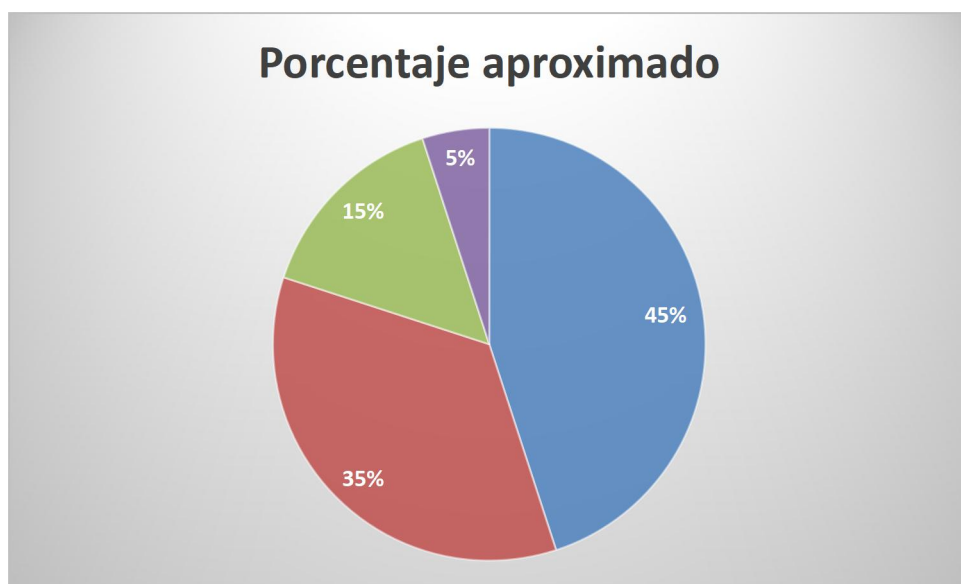


Estos datos evidencian que la mayoría de los niños utilizan el celular sin acompañamiento adulto, lo que aumenta el riesgo de desarrollar dificultades en sus habilidades sociales y en su autorregulación emocional.

**Gráfico 3. Uso del celular como forma de entretenimiento (2023)**

**Figura 3. Uso del celular como forma de entretenimiento**

<b>Finalidad del uso del celular</b>	<b>Porcentaje aproximado</b>
Juegos y entretenimiento	45%
Redes sociales / videos cortos	35%
Uso educativo supervisado	15%
Comunicación con familia o docentes	5%



- ✚ Solo un 15% de los usos reportados por padres y cuidadores se relacionan con fines educativos, lo que evidencia la necesidad de promover un uso más equilibrado y pedagógico de la tecnología

Estos gráficos permiten visualizar cómo el uso excesivo de dispositivos móviles se ha normalizado en la vida cotidiana de los niños colombianos. La falta de acompañamiento, la alta exposición a pantallas y el uso centrado en el entretenimiento son factores que, según la literatura revisada, pueden afectar significativamente el desarrollo de habilidades sociales, la atención sostenida, la empatía y la capacidad de interacción cara a cara (Christakis et al., 2018; UNICEF, 2022).

### **Fuentes**

- Comisión de Regulación de Comunicaciones – CRC (2023). *Estudio nacional sobre consumo digital infantil*.
- Organización Mundial de la Salud – OMS (2020). *Guías de tiempo frente a pantallas para la infancia*.
- UNICEF (2022). *Uso responsable de la tecnología en la niñez*.



