



**Impacto del uso de dispositivos móviles en el rendimiento académico en
adolescentes, una revisión sistemática**

FIGUEROA PALACIOS MARIUXI CRISTINA
Maestrando

Dirección de Posgrado, Cooperación y Relaciones Internacionales. Universidad Laica Eloy
Alfaro de Manabí. Trabajo de Titulación, presentado como requisito para la obtención del grado
de Magíster en Educación con Mención en Innovaciones Pedagógicas

Tutor: Ing. Erick Daniel Mero Alcívar, Mg.

16 julio del 2026

Impacto del uso de dispositivos móviles en el rendimiento académico en adolescentes, una revisión sistemática

Autor: Mariuxi Cristina Figueroa Palacios
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Uleam
mariuxi.figueroa@pg.uleam.edu.ec
Manta, Ecuador
<https://orcid.org/0009-0001-2875-7289>

Erick Daniel Mero Alcívar
Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Uleam
erick.mero@uleam.edu.ec
Manta, Ecuador
<https://orcid.org/0000-0001-7926-011X>

Resumen

Este trabajo presenta una revisión sistemática centrada en cómo el uso de dispositivos móviles influye en el rendimiento académico de los adolescentes. Se recuerda que los jóvenes al utilizar dispositivos móviles diariamente y hacerlos formar parte de la rutina, a largo plazo termina afectando a esta población, es por ello que surge el interés por parte de docentes e investigadores en explorar herramientas alternativas que reemplacen el uso del móvil en los jóvenes y a la vez sea una herramienta útil de apoyo al aprendizaje significativo. En efecto, para fortalecer la investigación se realizó una búsqueda bibliográfica sistemática en bases de datos científicas como Scopus, Web of Science, Scielo y también en el buscador Google Scholar, dentro de la búsqueda se consideraron artículos publicados a partir de los últimos cinco años con variables iguales a las del objeto de estudio, ello con el fin de analizar y relacionar teorías. Los resultados de la revisión evidenciaron que el uso de dispositivos móviles en adolescentes mantuvo una relación estrecha con el rendimiento académico, condicionada por el tipo, la frecuencia y el propósito de uso. La mayoría de los estudios reportaron que un uso excesivo y orientado al entretenimiento se asoció con disminución del rendimiento escolar, dificultades de atención, alteraciones del sueño y afectaciones al bienestar emocional; pero para mitigar esto, otros estudios mencionan que es necesario la supervisión de un adulto, guía del docente, enseñar a que los estudiantes mismos sean capaces de autorregular la frecuencia en la que está al frente de la pantalla. Al controlar esto, otro resultado encontrado fue que cuando se incluye pantallas de manera responsable y con objetivos pedagógicos, los estudiantes presentan mayor motivación durante el proceso de aprendizaje, e incluso tienen la oportunidad de acceder a recursos educativos interactivos. Por esto se concluye que los efectos del uso móvil en el rendimiento académico no siguen un patrón

único, sino que varían considerablemente según el contexto escolar y la manera en que los docentes y las instituciones deciden integrar estas tecnologías.

Palabras clave: Dispositivos móviles, rendimiento académico, adolescentes, uso tecnológico.

Impact of Mobile Device Use on Academic Performance in Adolescents: A Systematic Review

ABSTRACT

This study presents a systematic review focused on how the use of mobile devices influences the academic performance of adolescents. It is important to note that when young people use mobile devices daily and make them part of their routine, this ultimately affects this population in the long term; this is why teachers and researchers are interested in exploring alternative tools that can replace mobile phone use among young people while also serving as a useful tool to support meaningful learning. To strengthen the research, a systematic literature search was conducted in scientific databases such as Scopus, Web of Science, Scielo, and Google Scholar. The search included articles published in the last five years that matched the variables of the study's focus, with the aim of analyzing and relating theories. The results of the review showed that mobile device use among adolescents was closely linked to academic performance, depending on the type, frequency, and purpose of use. Most studies reported that excessive, entertainment-oriented use was associated with decreased academic performance, attention difficulties, sleep disturbances, and negative effects on emotional well-being; however, to mitigate these issues, other studies suggest that adult supervision, teacher guidance, and teaching students to self-regulate their screen time are necessary. By managing this, another finding was that when screens are incorporated responsibly and for educational purposes, students show greater motivation during the learning process and even have the opportunity to access interactive educational resources. Therefore, it is concluded that the effects of mobile device use on academic performance do not follow a single pattern but vary considerably depending on the school context and the way in which teachers and institutions decide to integrate these technologies.

Keywords: Mobile devices, academic performance, adolescents, technology use.

1. Introducción

La presencia constante de dispositivos móviles en la vida cotidiana de los adolescentes ha generado nuevos desafíos para el ámbito educativo, especialmente porque su uso está asociado tanto a oportunidades de aprendizaje como a posibles distracciones (Feijoo et al., 2025). Comprender cómo se relaciona esta herramienta tecnológica con el rendimiento académico es esencial para orientar decisiones pedagógicas, familiares y comunitarias.

En este contexto, se menciona que hoy en día todo adolescente es portador de un dispositivo móvil, mismo que se ha convertido en una herramienta vital no solo para mantenerse comunicados o como herramienta educativa, sino también para entretenerse (Melgosa & Puig, 2025; Gómez & Calderón, 2022). Ahora, el hecho de considerar el móvil como una herramienta útil durante el proceso de enseñanza y aprendizaje es que estudios como el de (Gutiérrez et al., 2024; Romero et al., 2020) a debatir sobre el impacto del dispositivo móvil sobre el rendimiento académico del adolescente; sobre todo porque según (Celis et al., 2022; Espinoza et al., 2021) el uso del celular va más allá en comparación con el tiempo que se emplea para realizar actividades académicas. Por otro lado, el estudio de (Lalangui et al., 2025) hace referencia que el uso prolongado del celular en la adolescente afecta la atención y la concentración, mientras que la investigación de (Pillasagua et al., 2025; Cusme, 2024) sostiene que, bajo algunas reglas, el constante uso de dispositivos se convierte en un recurso valioso en el aprendizaje de los estudiantes.

Frente a lo descrito, el campo de acción de la presente investigación se direcciona hacia la revisión sistemática de estudios que analizan o estudian la conexión entre el uso de dispositivos móviles con el rendimiento académico en adolescentes, en donde se considerarán variables como frecuencia de utilidad, tipo de actividades en la que emplea el móvil, entre otros.

El objetivo de este trabajo es analizar cómo el uso de dispositivos móviles se relaciona con el rendimiento académico en adolescentes, a partir de la evidencia disponible en estudios recientes mediante una revisión sistemática, para lo cual se formulan cuatro interrogantes de investigación que orientan el análisis: en primer lugar, se examinó cómo el uso recreativo, excesivo o no regulado de dispositivos móviles afecta el rendimiento académico; en segundo lugar, se indagó sobre los efectos que tiene el uso educativo y regulado del celular en el aprendizaje; luego, se analizó de qué manera las redes sociales y la dependencia tecnológica influyen en el rendimiento académico; y por último, se exploraron los efectos que el uso de dispositivos móviles produce en la salud mental, el sueño y el bienestar de los adolescentes, así como la forma en que estos factores median en su desempeño académico.

2. Metodología (Materiales y métodos)

El presente estudio es de enfoque cualitativo, para lo cual en esta revisión sistemática se utilizaron artículos científicos publicados en diversas bases de datos académicas. Se identificaron 150 estudios, de las cuales se obtuvieron un total de n=23 artículos seleccionados. La distribución por base de datos fue la siguiente: Scopus aportó 2 estudios; Web of Science contribuyó con 2 estudios; SciELO proporcionó 3 estudios y Google Scholar aportó los 16 estudios restantes. Los materiales incluyeron estudios empíricos, revisiones previas y documentos académicos que analizan la relación entre el uso de dispositivos móviles y el rendimiento académico en adolescentes.

La metodología se desarrolló siguiendo las directrices del método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), el cual permitió organizar el proceso en sus fases: identificación, cribado e inclusión de los estudios. En la fase de identificación se realizó una búsqueda estructurada mediante cadenas de búsqueda construidas con operadores booleanos (AND, OR). Estas cadenas fueron adaptadas a la

sintaxis y los campos de búsqueda específicos de cada base de datos, tal como se detalla en la siguiente tabla:

Tabla 1. Cadenas de búsqueda utilizadas por base de datos

Base de datos	Cadena de búsqueda
Scopus	TITLE-ABS-KEY ("mobile devices" OR "smartphones") AND ("academic performance" OR "school achievement") AND ("adolescents" OR "teenagers")
Web of Science	TS=("mobile devices" OR "smartphones") AND TS=("academic performance" OR "school achievement") AND TS=("adolescents" OR "teenagers")
SciELO	(dispositivos móviles OR smartphones) AND (rendimiento académico OR desempeño escolar) AND (adolescentes)
Google Scholar	"uso de dispositivos móviles" AND "rendimiento académico" "adolescentes"

Se estableció un periodo de búsqueda de artículos publicados entre el 2020 hasta el 2025, el idioma de los artículos consultados fueron en español, de igual manera, las investigaciones se seleccionaron considerando aspectos como el título, resumen, y variables como “uso de dispositivo móviles en adolescentes”, “rendimiento académico y uso de artefactos electrónicos”, luego de ello se procedió a extraer datos e ideas relevantes de los estudios, se empleó el análisis de información de un autor con otro autor para poder llegar a una idea general de los diferentes estudios consultados. Después de organizar las ideas e información pertinente, se diseñaron tablas, esto permitió sintetizar de mejor manera la teoría encontrada.

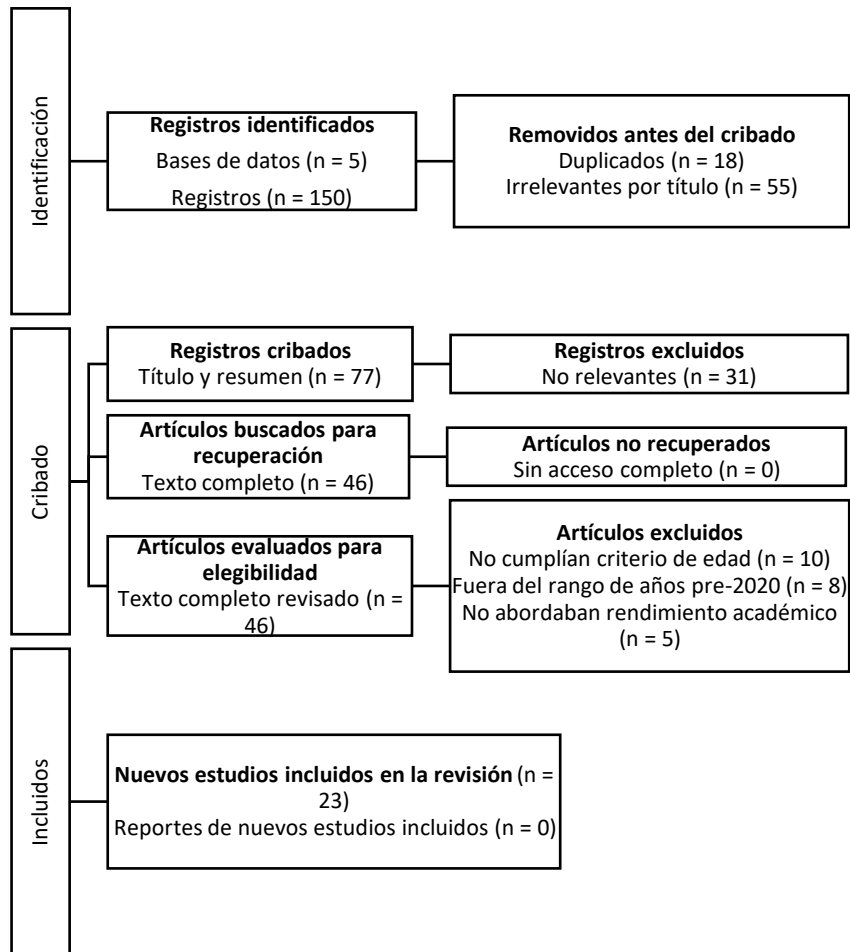
Para encontrar información que esté de acorde a la variable de estudio, se aplicaron criterios tanto de exclusión como de inclusión, entre los criterios de inclusión fueron: articulo publicados en revistas científicas o repositorios populares, tenían que estar en el rango de los últimos cinco años, el estudio debía ser de revisión sistemática o de campo, la población debería ser exclusivamente de adolescentes entre 10 y 19 años máximo, adolescentes que utilizaran dispositivos móviles, estudios de adolescentes donde se comparara el impacto del uso de móviles con el rendimiento académico. En

cuanto al enfoque, se consideraron los estudios cualitativos, cuantitativos o mixtos, de acceso libre y que tuviesen la información completa.

En cuanto a los criterios de exclusión, no se tomaron en cuenta aquellas investigaciones con información incompleta, sin rigor metodológico claramente definido y todos aquellos que no guarden relación con las variables rendimiento académico y uso de dispositivos móviles, también se descartaron aquellos que se enfocaban en otras poblaciones o que fueran de base de datos no reconocidas científicamente. tales como blogs, artículos de opinión o resúmenes carentes de revisión científica, con el propósito de asegurar la validez y la solidez del proceso de revisión.

Al considerar todos estos criterios, se logró obtener información precisa, veraz, y confiable, no solo teóricamente, sino también metodológicamente.

Figura 1. *Diagrama de flujo PRISMA – Proceso de selección de estudios*



Basándose en la figura, cada estudio se procedió a analizarlo bajo cuatro dimensiones: selección (se consideraron los métodos de muestreo empleados), medición (se tomaron en cuenta aquellas investigaciones que poseían instrumentos validados), presentación (direccionado a la forma en que se presentaron y analizaron los datos y resultados) y la última dimensión que fue el sesgo de confusión, mismo que se refería al control de variables externas. En términos generales, los estudios incluidos presentaron un riesgo de sesgo que osciló entre bajo y moderado. No obstante, en los trabajos de corte no experimental con muestras reducidas se identificaron limitaciones que complicaron, en cierta medida, la interpretación de los hallazgos.

3. Resultados (análisis e interpretación de los resultados)

Se presentan los principales resultados y hallazgos de los estudios analizados sobre el uso de dispositivos móviles y el rendimiento académico en adolescentes. También se procede a presentar datos sistematizados como nombre de los autores, metodología, principales resultados; esto en su conjunto permitió identificar aspectos como coincidencia de resultados, información y contrastar o refutar teorías entre las investigaciones.

Después de aplicar los criterios tanto de inclusión como de exclusión, se procedió a sintetizar la información, Con esa base, los hallazgos se organizaron en torno a las variables y criterios de análisis definidos desde las preguntas de investigación, lo que facilitó comparar los estudios entre sí e identificar patrones y tendencias que se repetían en la literatura.

Esta presentación comparativa facilita el análisis crítico de la evidencia científica disponible y sustenta las interpretaciones de las convergencias detectadas en el estudio.

Tabla 2. Finalidad e impacto de artículos encontrados – categoría Uso recreativo, excesivo, no regulado con el rendimiento académico

Autores	Artículo	Metodología	Resultados
(Muñoz et al., 2023)	Impacto de las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes: Estudio de Instagram y tik tok	60 estudiantes encuestados con edades entre 13 y 18 años.	El uso prolongado de las redes sociales tuvo un impacto negativo en las calificaciones de los estudiantes. Un factor fue tiempo excesivo en cada aplicación, aunque haya supervisión de los progenitores.
(Quijije & Loor, 2023)	Redes sociales y rendimiento académico en los estudiantes de octavo de básica superior	Enfoque de estudio mixto, nivel descriptivo cuyo diseño fue correlacional y se aplicó encuestas a estudiantes adolescentes.	El uso inadecuado o excesivo de las redes sociales repercutió de forma negativa sobre el rendimiento académico de los adolescentes.
(Guayllas & Ruiz, 2024)	Uso de redes sociales y su impacto en el desempeño académico de niñas y niños	Método descriptivo con enfoque mixto. Cuestionario validado y grupo focal con representantes legales.	La mayoría utiliza el teléfono móvil e internet diariamente. Si no se usa adecuadamente, las redes sociales y otras aplicaciones pueden ser muy distractoras y logran desviar la atención de los estudiantes de sus estudios.

Autores	Artículo	Metodología	Resultados
(Macías et al., 2025)	Impacto del uso del celular en el rendimiento académico de los adolescentes	Metodología cuantitativa comparativa, se observaron dos grupos: uno con acceso libre al celular y otro con uso restringido. Entre los instrumentos fueron Encuestas, registros académicos y entrevistas estructuradas.	Según los resultados, el uso prolongado del móvil para actividades ajenas al estudio (sin restricción) durante el horario escolar provocó bajo rendimiento en un grupo, mientras que un uso regulado con objetivos pedagógico mostró efectos neutros o, en algunos casos, sirvió de herramienta en el proceso de enseñanza, favoreciendo así al aprendizaje.
(Llerena et al., 2025)	Uso del Celular en Horas de Estudio y Rendimiento Académico	Enfoque cuantitativo, diseño no experimental, correlacional y de corte transversal. 244 estudiantes de cuatro instituciones. Cuestionario CUCRA-24 (V de Aiken = 0,92; α = 0,972).	El 85,7% de los participantes presentaron un nivel alto de uso del celular y el 66,4% un rendimiento académico bajo. Correlación negativa y significativa entre ambas variables ($r = -0,825$; $p < 0,001$).
(Leyva et al., 2022)	Correlación entre el uso problemático del internet y el desempeño académico de alumnos de secundaria	Análisis de varianza. 549 estudiantes de 11 a 15 años ($M=12.99$) de seis escuelas secundarias públicas. Evaluación del uso problemático de internet (UPI) y su correlación con el desempeño académico.	Entre mayor el grado de UPI, menor desempeño académico (menor promedio académico y mayor número de materias reprobadas). Los hijos de madres con estudios de formación secundaria evidencian un mayor grado de problemas de internet.

Los estudios que se evidencia en la tabla 2 integran resultados sobre el uso recreativo, excesivo y no regulado de dispositivos móviles se asocia de forma negativa con el rendimiento académico de los adolescentes, esta coincidencia es significativa dado que los estudios provienen con la utilización de metodologías y contextos geográficos distintos, lo que refuerza la consistencia de la evidencia.

En cuanto a los hallazgos principales, la totalidad de los estudios analizados, se identificó una relación inversa entre el tiempo de uso no regulado del dispositivo móvil y el desempeño escolar, con correlaciones que oscilaron entre valores moderados y muy fuertes, siendo la más robusta del grupo $r = -0,825$ ($p < 0,001$). Bajo este orden, se destaca que cinco de los seis estudios considerados, mencionaron que las redes sociales es un factor

principal que provoca distracciones en los adolescentes y por ende mayor dependencia hacia un dispositivo electrónico, porque el sujeto mantiene su atención al móvil dedicándole mayor tiempo a esto y disminuyendo su interés en los estudios académicos, como resultado de todo ello los adolescentes presentan notas bajas y rendimiento académico insuficiente junto con materias reprobadas.

Respecto a los factores que modulan esta relación, la supervisión, ya sea parental o institucional, emergió como la variable moderadora más consistente del grupo, identificada en más de la mitad de los estudios como el mecanismo capaz de atenuar o incluso revertir el efecto negativo del uso excesivo.

Tabla 3. Finalidad e impacto de artículos encontrados – categoría Uso educativo, regulado con el rendimiento académico

Autores	Artículo	Metodología	Resultados
(Calero et al., 2025)	Impacto del uso de tecnologías móviles en el rendimiento académico de estudiantes de Bachillerato.	Revisión sistemática con enfoque descriptivo mediante las directrices PRISMA. 14 artículos científicos (2020–2025).	El uso de tecnologías móviles puede tener efectos positivos y negativos en el rendimiento académico dependiendo del tipo de uso, mostrando un alto porcentaje de estudios evidenció mejoras en la motivación y el aprendizaje cuando los dispositivos con fines académicos; sin embargo, distracción y reducción del rendimiento cuando el uso fue recreativo y sin regulación horaria fueron aspectos considerables que impiden su regularidad.
(Castillo & Medina, 2024)	Análisis de la relación entre el uso de tecnologías móviles y el rendimiento académico	Revisión sistemática mediante modelo PRISMA analizó el impacto de tecnologías móviles en el rendimiento académico e identificación de factores moderadores.	Se evidenció como las tecnologías móviles pueden aportar beneficios reales: amplían el acceso a recursos y ayudan a que los estudiantes desarrollen mayor autonomía en su aprendizaje, y los problemas el uso recreativo toma protagonismo, ya que dedicar tiempo a actividades de entretenimiento durante el estudio termina afectando el rendimiento.
(Silva et al., 2024)	Influencia del uso excesivo del celular en el rendimiento académico de los alumnos de ingeniería en Gestión	Enfoque correlacional y descriptivo. Población de 600 jóvenes, muestra de 39. Entrevista y cálculo de regresión lineal simple.	El uso del celular no tiene un impacto negativo significativo en el rendimiento académico de los estudiantes; la relación existente es de apenas -2.84%, confirmando la hipótesis alternativa.

Autores	Artículo	Metodología	Resultados
	Empresarial del TecNM Campus Tepic		
(Núñez et al., 2022)	El uso del computador, las redes sociales y las nuevas tecnologías en los adolescentes y jóvenes: un análisis desde su perspectiva	Encuesta a 234 estudiantes. Se evaluaron brechas en el acceso a las TIC y su relación con la educación en línea.	Aunque la mayoría usa las TIC con fines académicos, un alto grupo se dedica al ocio en línea. La mayoría se muestra receptiva ante el control parental. Se identificaron problemas visuales, bajo rendimiento académico y sedentarismo como consecuencias negativas del uso inadecuado.
(Sarmiento et al., 2025)	Redes sociales y rendimiento académico en adolescentes	Investigación bibliográfica con enfoque mixto. 20 artículos de impacto mundial y regional (2015–2025). Instrumento: Critical Review Form Quantitative Studies (Law et al., 1998).	Se muestra como las plataformas tales como WhatsApp, Instagram y YouTube, consumen un tiempo de conexión promedio de 2 a 3 horas diarias (a veces más de 5) y el uso prolongado puede reducir la concentración y el rendimiento escolar; sin embargo, cuando se usan adecuadamente y bajo supervisión, pueden convertirse en herramientas valiosas para el aprendizaje colaborativo.
(Arrivillaga et al., 2023)	Recursos y obstáculos que influyen en el rendimiento académico de los adolescentes	Muestra: 688 adolescentes de 12 a 18 años de Málaga (España). El instrumento utilizado fue un cuestionario sobre pensamiento crítico, académico y apoyo docente/compañeros y uso problemático de móviles y redes sociales. Posterior se realizó un Análisis descriptivo, correlacional y se aplicó regresión lineal múltiple.	Aspectos como el pensamiento crítico, engagement académico, apoyo docente y el uso problemático de las redes sociales fueron aspectos que de una u otra forma obstaculizaron e influyeron sobre el rendimiento académico.

En la segunda categoría se encuentra que los autores mencionan que el uso educativo o regulado de dispositivos móviles no perjudica el rendimiento académico y, en determinadas condiciones, puede favorecerlo, esta coincidencia metodológica vista desde varias revisiones sistemáticas correlacionan que las tecnologías manejadas mediante políticas, acuerdos, reglas fortalecen los aprendizajes e incentivan una cultura ética en el manejo de los datos en las diferentes redes sociales.

De los seis estudios analizados en esta categoría, cinco reportan efectos positivos o neutros sobre el rendimiento académico con el uso del dispositivo móvil que responden a una intención pedagógica clara, mientras que un estudio señala efectos mínimos o no significativos, asociados a muestras más reducidas y diseños correlacionales simples.

Respecto a la evidencia, las investigaciones que tuvieron un enfoque metodológico amplio y completo como las revisiones sistemáticas ofrecieron resultados confiables. Así por ejemplo entre los estudios de alto impacto, se encontró que cuando se utiliza la tecnología (en este caso el móvil) de manera responsable y planificada, con fines educativos, el resultado es que se obtienen estudiantes con mayor motivación para estudiar y aprender nuevos contenidos.

En cuanto a los factores que mejor predicen el rendimiento, cuatro de los seis estudios revisados señalaron que el compromiso académico y el acompañamiento del docente tienen más peso que el uso del móvil en sí mismo. Esto coloca al entorno pedagógico como el principal elemento que determina si la tecnología termina siendo beneficiosa o no. Por su parte, tres estudios coincidieron en que plataformas digitales que los adolescentes ya usan en su día a día pueden convertirse en herramientas efectivas de aprendizaje colaborativo, siempre que haya supervisión activa y un propósito educativo claro detrás de su uso.

Tabla 4. Finalidad e impacto de artículos encontrados – categoría Adicción, dependencia al móvil con el rendimiento académico

Autores	Artículo	Metodología	Resultados
(Gómez & Osorio, 2022)	Uso excesivo de los dispositivos móviles, efecto sobre el sueño de calidad en adolescentes del colegio Milagros Ferreira en la ciudad de San Francisco de	Descriptivo cuantitativo. Instrumentos: SMAS-SF, Cuestionario Oviedo de Sueño (COS), Índice de Calidad de Sueño Pittsburgh (PSQI) y encuesta docente para definir el rendimiento académico.	La mayor parte de los estudiantes sujetos a observación de estudio no eran consciente del tiempo que pasaba en dispositivos móviles y redes sociales, desarrollando dependencia, pues al permanecer conectados,

Autores	Artículo	Metodología	Resultados
	Macorís, provincia Duarte		sentían satisfacción y tranquilidad.
(Vidal et al., 2022)	Redes sociales virtuales, autoestima, rendimiento académico y hábitos de estudio en estudiantes de enseñanza media de dos comunas de la Provincia de Concepción, Chile	Estudio descriptivo correlacional, corte transversal cuantitativo. Instrumentos: Inventario de Autoestima de Coopersmith (adaptado por Brinkman, 1987), Escala Adicción a Redes Sociales (ARS) y batería de preguntas.	El 43.64% obtiene valores bajos en la escala ARS y un 24.55% valores medios. Se encontró asociación inversa y estadísticamente significativa entre la autoestima total y la adicción a redes sociales.
(Ochoa et al., 2025)	Impacto del uso compulsivo del teléfono celular en la atención y el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior y superior	Estudio correlacional que examinó la relación entre adicción al smartphone (uso compulsivo), capacidad de atención y rendimiento académico en 420 estudiantes de nivel medio superior y superior.	El uso compulsivo del celular dio como resultado a estudiantes con capacidad limitada de atención y con ello promedio bajos
(Gutiérrez et al., 2022)	Uso problemático de la tecnología, motivación y rendimiento académico en escolares	Cuantitativo, diseño no experimental transversal correlacional y comparativo. 171 alumnos de 9 a 12 años. Dos escalas Likert: uso problemático de la tecnología (internet, videojuegos, celular, tablet, computadora) y motivación hacia el aprendizaje. Rendimiento medido por promedio de calificaciones.	Se encontraron relaciones estadísticamente significativas entre el uso de la tecnología, el rendimiento académico y la motivación. Se identificaron diferencias entre los grupos de promedio bajo y alto.
(Condori, 2023)	Influencia del uso de dispositivos móviles en el rendimiento académico de estudiantes de la institución educativa secundaria San José - Puno	Muestra de 93 educandos. Cuestionario y análisis estadístico mediante SPSS V25 (Ji cuadrado). Método hipotético-deductivo con enfoque cuantitativo.	El uso de dispositivos móviles influye significativamente en el rendimiento académico. El tipo, la frecuencia, el propósito de uso y la gestión del tiempo son dimensiones significativas ($p < 0,05$), corroborando la hipótesis planteada.
(Gallego, 2023)	Impacto en el rendimiento académico del uso adictivo del dispositivo móvil en niños de 10 a 12	Entrevista semiestructurada a docentes de grados quinto y sexto. Análisis con software Atlas Ti para unificación de información.	Se evidencian tres factores afectados en el desarrollo educativo: personal, social y cognitivo. Se detectan pérdida de atención, desmotivación y frustración como signos principales, los cuales ponen barreras tanto a la enseñanza del docente como al aprendizaje del menor.

En la tabla 4 se tiene como principal hallazgo en los usuarios es la

dependencia a la tecnología como uso excesivo, no se trata únicamente del tiempo invertido, sino de la pérdida de control sobre ese tiempo, de los seis estudios analizados, cinco encontraron una relación directa entre el uso compulsivo o dependiente del móvil y el deterioro del rendimiento académico. Otros abordaron la relación desde una mirada psicosocial, ampliando el foco hacia dimensiones como la autoestima y la necesidad de estar permanentemente conectado.

Sobre los mecanismos por los que esto ocurre, Ochoa y otros (2025) y Condori (2023) documentan que el uso compulsivo del celular afecta directamente la capacidad de atención y, como consecuencia, el promedio de calificaciones. Por su parte, Gutiérrez et al. (2022) logró identificar que la motivación en los estudiantes hacia el aprendizaje sirve como factor mediador, pues entre sus resultados encontró que los estudiantes con mayor dependencia tecnológica mostraban menor motivación por los estudios y pésimo rendimiento académico en comparación con aquellos estudiantes que utilizaban el móvil de manera responsable o muy poco. Bajo esta perspectiva Gallego (2023) señaló que el exceso de dispositivos tiene consecuencias, entre ellas esta la falta de atención, desmotivación y frustración (considerado los signos mas visibles dentro del aula).

Más allá del rendimiento medido en calificaciones, dos estudios Gómez & Osorio (2022) y Vidal et al. (2022) ampliaron el análisis hacia dimensiones psicosociales que complejizan aún más el fenómeno: la dependencia se vincula con baja autoestima y una necesidad de conexión permanente que los estudiantes no perciben como problemática, lo que dificulta cualquier intervención. La ausencia reflexiva ante la propia dependencia es el hallazgo más relevante del grupo, pues indica que las estrategias de regulación externa son insuficientes si no van acompañadas de procesos de autoconciencia en los adolescentes.

Tabla 5. Finalidad e impacto de artículos encontrados – categoría Efectos en salud mental, sueño y bienestar como mediadores del rendimiento académico

Autores	Artículo	Metodología	Resultados
(Zuleta et al., 2024)	El Impacto del uso Excesivo del Teléfono Inteligente en el Rendimiento Académico: Una Revisión Sistemática de la Literatura	Revisión sistemática de la literatura siguiendo metodología PRISMA. 22 estudios incluidos con información detallada sobre la relación entre uso de dispositivos móviles y salud/rendimiento.	Los factores desencadenantes identificados son la alta accesibilidad, presión social, búsqueda de entretenimiento e incluso la soledad. Estas consecuencias abordan desde problemas psicológicos, dificultades académicas hasta alteraciones en el sueño y las relaciones interpersonales.
(Vilchez & Vía, 2024)	Impacto de la nomofobia en la calidad del aprendizaje en adolescentes	Enfoque cualitativo exploratorio con revisión sistemática con el aporte de 39 artículos que cumplieron los filtros establecidos.	Los hallazgos destacan la prevalencia de la nomofobia entre los adolescentes y su relación con el deterioro del bienestar mental, el rendimiento académico y las habilidades sociales, este estudio determina que existe una influencia negativa de la nomofobia en la calidad del aprendizaje, aunque se necesitan otros estudios para reafirmar esta teoría.
(Meneses, 2024)	Influencia de la tecnología en los patrones de sueño de los adolescentes	Revisión sistemática de la literatura. El estudio fue observacional, transversal.	Hubo relación proporcional entre el tiempo frente a pantallas y la calidad del sueño: a mayor uso de dispositivos electrónicos, peor descanso. Usar el celular u otros dispositivos antes de dormir se asocia con una peor calidad del sueño, noches más cortas y mayor dificultad para conciliar el sueño a una hora razonable. Los adolescentes que duermen menos de lo necesario tienden a tener más problemas para levantarse por la mañana, sienten somnolencia durante el día y muestran mayor irritabilidad y estados de ánimo bajos.
(Rodríguez et al., 2025)	Nomofobia y rendimiento académico: prevalencia y correlación en los jóvenes	Investigación cuantitativa mediante cuestionario estandarizado NMP-Q. 1.630 estudiantes de distintas etapas educativas.	En el estudio una de las variables con mayor relevancia es la nomofobia es imposibilidad de contactar y ser contactado. Los estudiantes que reportan menor rendimiento académico debido al uso excesivo del teléfono muestran mayor ansiedad, nerviosismo, malestar y miedo al no poder usarlo.
(Perez et al., 2026)	Influencia de la inseguridad ciudadana y el uso móvil en el rendimiento	Técnicas cuantitativas y cualitativas. 1.112 estudiantes matriculados;	Solo el 20% de los estudiantes se sienten seguros en la institución en cuanto al uso de dispositivos móviles, algunos estudiantes reportan que contribuyen a mejorar el rendimiento

académico universitario	muestra de 286 participantes (hombres y mujeres).	académico, mientras que otros señalan que un uso inadecuado genera ansiedad y disminuye el desempeño.
----------------------------	---	--

Los estudios recogidos en la Tabla 4 no miden el impacto del móvil sobre las calificaciones de manera directa, sino a través de una ruta indirecta: el deterioro del bienestar psicológico y los hábitos de sueño actúan como puentes entre el uso del dispositivo y el desempeño escolar, esta perspectiva abordada en la revisión evidencia el uso prolongado de pantallas durante la noche afecta tanto el descanso como el funcionamiento cognitivo en el contexto escolar. Esto describe con precisión el mecanismo detrás de esto, a más tiempo de pantalla nocturno, peor calidad del sueño Meneses (2024), lo que se traduce en somnolencia durante el día, irritabilidad y dificultad para concentrarse en clase. A partir de 22 estudios, amplían este panorama al incorporar la presión social y la soledad como factores que empujan hacia el uso excesivo Zuleta et al. (2024), cerrando así un círculo difícil de romper el malestar emocional impulsa el uso, y el uso termina agravando el malestar.

La nomofobia, el miedo irracional y la ansiedad intensa que siente una persona al quedarse sin teléfono, aparece en esta revisión como un fenómeno en crecimiento. Vilchez & Vía (2024) y Rodríguez Zuleta et al. (2025) coinciden en que los adolescentes que la experimentan presentan mayor ansiedad, peor rendimiento y habilidades sociales más limitadas. Rodríguez añade un dato que llama la atención: los estudiantes que reconocen que el uso excesivo del teléfono afecta su rendimiento son, paradójicamente, quienes muestran niveles más altos de esta fobia, lo que sugiere que hay conciencia del problema, pero no capacidad real de cambiar el comportamiento.

Para finalizar, Pérez Zuleta et al. (2026) en su estudio hizo mención de que la percepción de inseguridad en el entorno educativo es otro factor que hace que los estudiantes utilicen el móvil con mayor frecuencia sobre todo

porque tienen la necesidad de estar conectados constantemente, entonces al intentarles prohibir su uso en la escuela o colegio, e una u otra forma les causa tensión. De manera particular este hallazgo invita reflexionar que al aplicar cualquier política de restricción del móvil habría que considerar también el contexto social y solo lo académico.

4. Conclusiones

Los hallazgos obtenidos en la presente revisión sistemática permiten ofrecer una respuesta articulada a cada una de las preguntas de investigación planteadas, por lo que se concluye:

En cuanto a la primera pregunta, 6 estudios corroboraron que el uso de dispositivos móviles de manera excesiva o sin control puede afectar negativamente el desempeño escolar, esto sucede sin importar donde se realicen los estudios o cuántas personas participen.

Por otro lado, 5 de los 6 estudios demuestran que cuando se utiliza la tecnología con finalidad educativa, y bajo la guía de un docente o un familiar, el efecto sobre el rendimiento académico es neutral o positivo, por lo que es posible concluir que el problema no es la tecnología en sí, sino que más bien se debe a la falta de estructuras que le guíen hacia fines productivos y con usos responsables.

De igual manera 5 estudios encontraron que la dependencia de la tecnología es mucho más compleja que solo pasar demasiado tiempo en ella, esto porque implica consecuencias como perder el control, tener menos capacidad para prestar atención y perder la motivación; si bien todos estos factores afectan el desempeño escolar de manera sucesiva, además cuando un adolescente no puede reconocer su propia dependencia estamos al frente de un gran obstáculo porque no aceptará que le ayuden, sino que más bien preferirá aumentar el tiempo en pantalla.

Por otro lado 6 estudios también refirieron que el deterioro del sueño, la ansiedad, o el miedo a estar sin el teléfono tiene como consecuencias el uso

excesivo del móvil, lo que conduce a empeorar el impacto negativo sobre el aprendizaje; porque si esto continúa se crea un ciclo en donde satisfacer la necesidad de estar con el teléfono móvil significa mayor tiempo empleado en el celular.

La principal limitación de este análisis es que no se incluyó literatura no indexada y estudios en otros idiomas como por ejemplo en inglés, esto de una u otra manera restringió la amplitud del análisis y dejó fuera evidencias que pudieron ser relevante aportar con más información en esta investigación.

En consecuencia, el dispositivo móvil puede amplificar condiciones conductuales que ya existen en el adolescente, así como también pueden llegar a potenciar el aprendizaje, pero siempre y cuando haya un objetivo educativo y acompañamiento adecuado. En efecto, la supervisión ya sea por parte de los padres, docentes o instituciones sería la variable más consistente que puede llegar moderar la dependencia en los adolescentes y mejorar el rendimiento; por tanto, lo ideal es fortalecer la supervisión del uso de los dispositivos móviles con el fin de encontrar resultados positivos sobre el rendimiento académico de los estudiantes

5. Referencias

- Arrivillaga, C., Rey, L., & Extremera, N. (2023). Recursos y obstáculos que influyen en el rendimiento académico de los adolescentes. *Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa*, 3(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.51660/ripie.v3i1.116>
- Calero, J., Gavilanez, R., Endara, A., & Yepez, M. (2025). Impacto del uso de tecnologías móviles en el rendimiento académico de estudiantes de Bachillerato. *ASCE Magazine*, 4(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.70577/ASCE/795.811/2025>
- Castillo, D., & Medina, E. (2024). Análisis de la relación entre el uso de tecnologías móviles y el rendimiento académico. *ASCE Magazine*, 3(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.70577/damgfp82/ASCE/1.21>
- Celis, J., Benavides, M., Del Cid, P., Iraheta, D., & Menjívar, H. (2022). Uso y abuso de dispositivos móviles y su rol en el desarrollo de trastornos del sueño en adolescentes. *Alerta, Revista científica del Instituto Nacional de Salud*, 5(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.5377/alerta.v5i1.11247>
- Condori, J. (2023). *Influencia del uso de dispositivos móviles en el rendimiento académico de estudiantes de la institución educativa secundaria San José - Puno*. Universidad Andiana Néstor Cáceres Velásquez.
- Cusme, L. (2024). Integración de dispositivos móviles en el aula: Beneficios y desafíos. *Impact Research Journal*, 2(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.63380/irj.v2n1.2024.35>
- Espinoza, O., Moreira, L., & Silva, N. (2021). Efectos en el rendimiento académico por uso de dispositivos electrónicos. *Revista Conrado*, 17(S2).
- Feijoo, B., Fernández, E., Pavez, I., & Ponte, C. (2025). Infancias conectadas: el reto de los móviles y pantallas omnipresentes. *Revista Mediterránea de Comunicación*, 16(1).
<https://doi.org/https://www.doi.org/10.14198/MEDCOM.28420>
- Gallego, P. (2023). Impacto en el rendimiento académico del uso adictivo del dispositivo móvil en niños de 10 a 12. *Corporación Universitaria Minuto de Dios*.
- Gómez, A., & Calderón, D. (2022). *El ocio digital de la población adolescente*. Universidad Complutense de Madrid.

- Gómez, I., & Osorio, J. (2022). *Uso excesivo de los dispositivos móviles, efecto sobre el sueño de calidad en adolescentes del colegio Milagros Ferreira en la ciudad de San Francisco de Macorís, provincia Duarte, R. D. 2022*. Universidad Abierta para Adultos Suapa. Dirección Académica de Posgrado.
- Guayllas, T., & Ruiz, R. (2024). Uso de redes sociales y su impacto en el desempeño académico de niñas y niños. *Revista Científica y Arbitrada de Ciencias Sociales y Trabajo Social: Tejedora*, 7(16).
<https://doi.org/https://doi.org/10.56124/tj.v7i15ep.018>
- Gutiérrez, S., Díaz, C., & Belandria, L. (2024). Influencia de las nuevas tecnologías en la adolescencia: riesgos y beneficios. *Gestión y Desarrollo Libre*, 9(18).
<https://doi.org/https://doi.org/10.18041/2539-3669/gestionlibre.18.2024.12104>
- Gutiérrez, T., Sotelo, M., & Ramos, D. (2022). Uso problemático de la tecnología, motivación y rendimiento académico en escolares. *Revista ProPulsion*, 4(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.53645/revprop.v4i1.78>
- Lalangui, J., Flores, C., San Martín, D., & Rojas, L. (2025). El uso de dispositivos móviles en la educación superior aliados o distractores en el aprendizaje. *Sapiens in Higher Education*, 2(3), 1-19.
<https://doi.org/https://doi.org/10.71068/t0twac06>
- Leyva, A., Vera, J., Ochoa, E., & Rodríguez, C. (2022). Correlación entre el uso problemático del internet y el desempeño académico de alumnos de secundaria. *Revista Comunicación Científica*, 2(74).
<https://doi.org/https://doi.org/10.52501/cc.274.02>
- Llerena, V., Vargas, E., Vergara, M., Díaz, A., & Herrera, Á. (2025). Uso del Celular en Horas de Estudio y Rendimiento Académico. *Erevna Research Reports*, 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.70171/7b4xk232>
- Macías, S., Llor, J., Tovar, T., & Ramos, J. (2025). Impacto del uso del celular en el rendimiento académico de los adolescentes. *Polo del Conocimiento Revista multidisciplinar de innovación y estudios aplicados*, 10(6).
<https://doi.org/https://doi.org/10.23857/pc.v10i6.9664>
- Melgosa, M., & Puig, G. (2025). *Impacto de las redes sociales en el desempeño ocupacional de los adolescentes: revisión bibliográfica*. Universidad de Zaragoza, EUCS.
- Meneses, E. (2024). Influencia de la tecnología en los patrones de sueño de los adolescentes. *Alph International Journal*, 2(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.63380/aij.v2n1.2024.37>

- Muñoz, R., Díaz, A., & Sabariego, J. (2023). Impacto de las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes: Estudio de Instagram y tik tok. *Ciencia y Educacion*, 4(2).
- Núñez, G., Tejada, S., & Zambrano, J. (2022). El uso del computador, las redes sociales y las nuevas tecnologías en los adolescentes y jóvenes: un análisis desde su perspectiva. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(S3).
- Ochoa, J., Pompa, L., Lozano, A., Vázquez, M., & Pizá, R. (2025). Impacto del uso compulsivo del teléfono celular en la atención y el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior y superior. *Revista Dilemas Contemporáneos. Educación, Política y Valores*, XII(3).
<https://doi.org/https://doi.org/10.46377/dilemas.v12i3.4608>
- Perez, H., Buitron, A., Lozada, E., Cáceres, F., & Palacios, J. (2026). Influencia de la inseguridad ciudadana y el uso móvil en el rendimiento académico universitario. *Revista Invecom*, 6(3).
<https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.17677184>
- Pillasagua, A., Muñoz, J., Rodríguez, V., Villacreses, J., & Rivadeneira, R. (2025). Integración de dispositivos móviles en el aula: Beneficios y retos en la educación básica. *G-ner@ndo Revista de Investigación Multidisciplinar*, 6(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.60100/rcmg.v6i1.414>
- Quijije, M., & Loor, C. (2023). Redes sociales y rendimiento académico en los estudiantes de octavo de básica superior. *Revista Ciencia y Lideres FCE. Universidad Estatal del Sur de Manabí*, 2(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.47230/revista.ciencia-lideres.v2.n2.2023.28-35>
- Rodríguez, A., García, M., & Marín, J. M. (2025). Nomofobia y rendimiento académico: prevalencia y correlación en los jóvenes. *Revista Fuentes*, 27(1), 107-120. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.12795/revistafuentes.2025.23121>
- Romero, J., Aznar, I., Hinojo, F., & Gómez, G. (2020). Uso de los dispositivos móviles en educación superior: relación con el rendimiento académico y la autorregulación del aprendizaje. *Revista Complutense de Educación*, 32(3).
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.5209/rced.70180>
- Sarmiento, A., Betún, J., & Guambo, P. (2025). *Redes sociales y rendimiento académico en adolescentes*. Universidad Nacional de Chimborazo.
- Silva, K., Zendejas, S., Hernández, M., & Garcia, T. (2024). Influencia del uso excesivo del celular en el rendimiento académico de los alumnos de ingeniería en Gestión Empresarial del TecNM Campus Tepic. *Ciencia Latina Revista Científica Mutidisciplinar*, 8(3).
https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.11995

Vidal, D., Foreman, S., & Molina, B. (2022). Redes sociales virtuales, autoestima, rendimiento académico y hábitos de estudio en estudiantes de enseñanza media de dos comunas de la Provincia de Concepción, Chile. *Perspectivas: revista de trabajo social*(39), 107-126.
<https://doi.org/10.29344/07171714.39.2987>

Vilchez, N., & Vía, J. (2024). Impacto de la nomofobia en la calidad del aprendizaje en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1).
https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.10369

Zuleta, R., De la Rosa, J., & Hernández, J. (2024). El Impacto del uso Excesivo del Teléfono Inteligente en el Rendimiento Académico: Una Revisión Sistemática de la Literatura. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(3).
https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.11724