

# UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



## **Efectos del phubbing en las relaciones de pareja: Una revisión bibliográfica**

Trabajo académico para obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional en  
Psicología Clínica y de la Salud

### **Autoras:**

Felicitas Huayapa Ccasa  
Nery Aracely Machaca Tito

### **Asesora:**

Mg. Esther Edelmira Méndez-Zavaleta

Lima, diciembre de 2024

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo Esther Edelmira Méndez Zavaleta, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Efectos del phubbing en las relaciones de pareja: una revisión bibliográfica”** de las autoras Felicitas Huayapa Ccasa y Nery Aracely Machaca Tito, tiene un índice de similitud de 11% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 19 días del mes de diciembre del año 2024.



---

Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta  
Asesora

**Efectos del phubbing en las relaciones de pareja: Una  
revisión bibliográfica**

**TRABAJO ACADÉMICO**

Presentado para optar el Título de Segunda Especialidad  
Profesional en Psicología clínica y de la salud



---

Mg. Jessica Aranda Turpo  
Dictaminadora

Lima, 19 diciembre de 2024

## Resumen

**Objetivo:** describir a través de la revisión bibliográfica efectos del phubbing en las relaciones de pareja. **Metodología:** Se realizó una revisión narrativa utilizando como fuente de información las bases de datos Scopus, PubMed y Web of Science; se han considerado artículos en inglés y español, cuya búsqueda se hizo con algunos términos y descriptores en inglés tales como effect, consequences, phubbing, relationship, “love bond”, “sentimental union”, “affective connection”, couple, engagement y marriage. Se usaron los operadores booleanos OR, AND y NOT, así como los ajustadores de campo de cada base respectiva. **Resultados:** hasta setiembre del 2024 se identificaron 51 artículos 5 en de Scopus, 10 en Pudmed y 36 en Web of Science después de la revisión se incluyeron 07 artículos de los cuales 04 fueron exploratorios y 03 correlacionales. **Conclusiones:** El phubbing afecta directamente a la relación de parejas, cuyos efectos se manifiestan en falta de aprecio en la pareja, desconexión emocional, distanciamiento, inseguridad que incrementa la baja autoestima, apego evitativo; así como da lugar a emociones negativas como de ataques de ira, frustración, carencia de compañía, aislamiento, tristeza, sentimientos de malestar, soledad y tristeza que pueden desencadenar en cuadros depresivos.

**Palabras claves:** Phubbing, relación de pareja y consecuencias

## **Abstract**

**Objective:** to describe through a bibliographic review the effects of phubbing on couple relationships. **Methodology:** a narrative review method was followed using Scopus, PubMed and Web of Science as databases; articles in English and Spanish were considered, whose search was done with some terms and descriptors in English such as effect, consequences, phubbing, relationship, "love bond", "sentimental union", "affective connection", couple, engagement and marriage. The Boolean operators OR, AND and NOT were used, as well as the field adjusters of each respective database. **Results:** until September 2024, 51 articles were identified, 5 in Scopus, 10 in Pudmed and 36 in WOS, after the review, 07 articles were included, of which 04 were exploratory and 03 were correlational. **Conclusion:** Phubbing directly affects the relationship between couples, with the effects manifesting in a lack of appreciation from the partner, emotional disconnection, distancing, insecurity that increases low self-esteem, avoidant attachment; and it also gives rise to negative emotions such as anger attacks, frustration, lack of company, isolation, sadness, feelings of discomfort, loneliness and sadness that can lead to depressive symptoms.

**Keywords:** Phubbing, relationship and consequences

## Introducción

A nivel mundial más del 75 % de la población cuenta con un teléfono móvil, el uso de estos dispositivos móviles se ha convertido en una parte importante en la vida de las personas (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2023). Tal es así que su uso se ha extendido a gran parte de la población, convirtiéndose en un elemento fundamental para la vida de los individuos, ocasionando un gran impacto tanto en el ámbito privado como social de las personas; de modo que se ha desarrollado una comunicación digital masiva, la cual ha logrado cambios en las formas tradicionales de comunicación (Capilla y Cubo, 2017). De manera que los teléfonos móviles han dejado de ser solo un medio de comunicación y se han convertido en una necesidad en la vida cotidiana de las personas (González-Rivera et al., 2018a).

Sin embargo, este avance tecnológico también se ha convertido en un problema debido al fácil acceso de las redes sociales en cualquier instante y lugar donde se encuentre, ocupando la mayor parte del uso diario, irrumpiendo las interacciones diarias con los demás y perjudicando las interacciones en la familia (McDaniel & Coyne, 2016; Rendón Vélez y, 2022), lo que ha generado dificultades como: falta de confianza, empatía, deficiencia en la comunicación, poca atención hacia los demás, lo que altera los sentimientos de bienestar personal (Przybylski y Weinstein, 2013; Roberts y David, 2016). De este modo la interacción de unos con otros en un contexto digital acelerado, afecta directamente las relaciones interpersonales especialmente la de las parejas, tal como lo mencionan Vanden et al. (2019) que el 43.5% de las parejas ignoran al menos una vez durante la conversación por mostrar atención al teléfono móvil. Un estudio dio

cuenta que, el 62.0% de los participantes presentaban problemas en la relación de pareja, el 64.0% indicaban que las discusiones son frecuentes y la razón principal de estas discusiones era por el uso del teléfono celular, además se reportó que el 78.0% de las parejas utilizaban el celular al momento de compartir una comida, ignorando a la otra persona, es decir mostrando mayor interés al teléfono que a las personas que están en su entorno (González-Rivera et al., 2018b).

Estas conductas producto de ignorar a la pareja por el uso del teléfono móvil, se conoce como phubbing (Phub), y se da cuando la persona ignora a otra en un entorno social concentrándose en su teléfono en lugar de mantener una conversación abierta (Chotpitayasunondh y Douglas, 2016). Phubbing también es mostrar una actitud irrespetuosa hacia la persona o personas con las que se está en comunicación, despreciándolas y prefiriendo los entornos virtuales (Karadağ et al., 2015). Y cuando esta conducta ocurre con la pareja, esta se siente excluida, menos cuidada, creando problemas de confianza y se va debilitando la comunicación (Barrick et al., 2022a; Cizmeci Ümit, 2017; Maftai y Măirean, 2023). Los hallazgos de diferentes estudios consideran que el Phub dificulta las relaciones matrimoniales disminuyendo la calidad de interacción (Khodabakhsh y Le, 2021). Y cuando la pareja pasa mayor tiempo en celular afecta la calidad de la dinámica familiar (Xie et al., 2023). El desplazar o sustituir el tiempo invertido con la pareja es uno de los principales conflictos que provoca el phubbing, el cual tiene relación con la sintomatología asociada a la depresión, la ansiedad y el estrés, menor satisfacción en la relación de pareja y menor bienestar psicológico (Roberts & David, 2016).

Por lo tanto, existen suficientes evidencias para afirmar que el phubbing influye en la relación de parejas y que si la pareja logra establecer normas sobre el uso del

celular, consolidar sus patrones de comunicación y valorar el tiempo de calidad que comparten juntos sin interferencias externas, disminuirán sus conflictos protegerán su salud mental; asimismo, entender que la calidad de la relación de pareja es un factor que influye en la calidad de vida, podría afirmarse que interrumpir nuestras relaciones cara a cara por usar el móvil puede tener un impacto negativo en nuestro bienestar a largo plazo, por lo tanto el presente estudio se centra en el análisis de la revisión científica a fin de sentar un precedente y sirva para el desarrollo de estrategias de abordaje y prevención de riesgo en la salud mental de las parejas; por lo tanto el objetivo es describir a través de la revisión bibliográfica los efectos del phubbing en las relaciones de pareja.

### **Metodología**

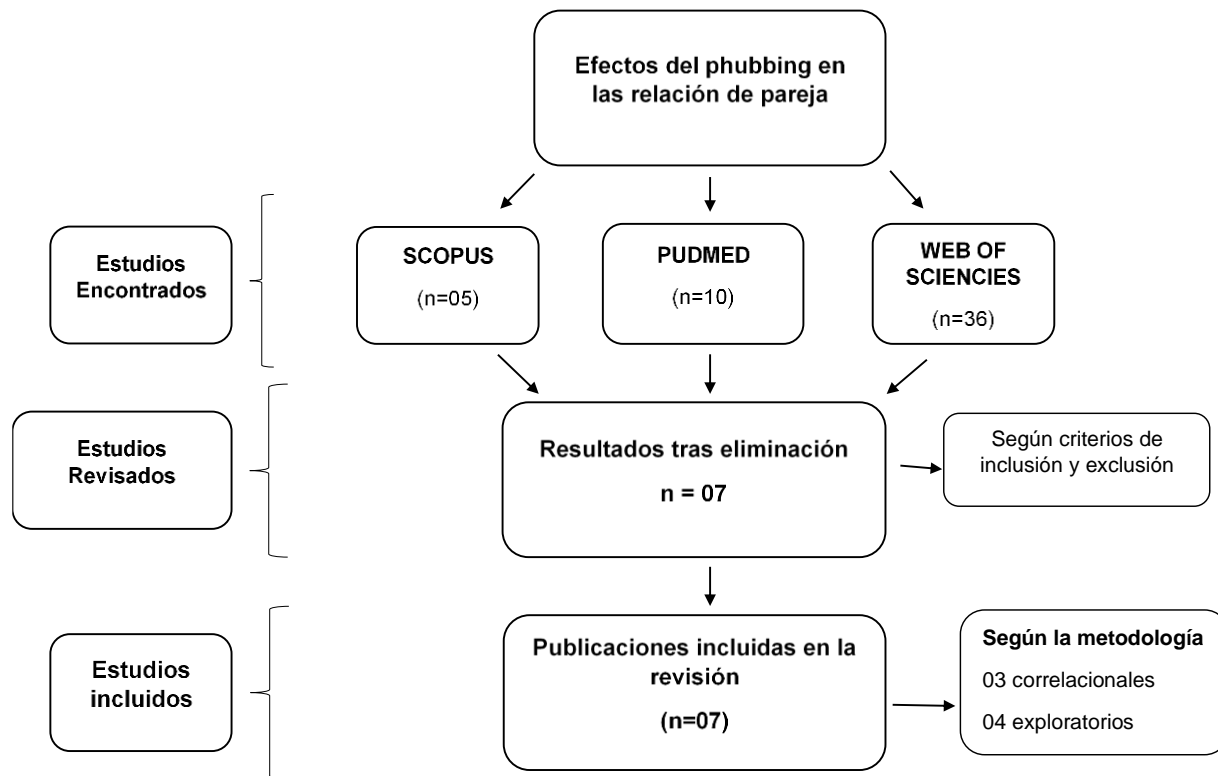
El presente estudio es de revisión narrativa, se trata de un método de estudio que pretende alcanzar obtener y seleccionar las informaciones, para caracterizar y responder las diferentes preguntas del estudio, a través de la búsqueda exhaustiva de información relacionado al tema a tratar (Aguilera, 2014). Se usaron 3 fuentes de información o bases de datos: scopus, web of science y pubmed, la búsqueda se realizó durante agosto y setiembre de 2024, se usó una estrategia de búsqueda con los descriptores “efectos del phubbing en las relaciones de pareja” (Tabla 1). Se usaron los operadores booleanos (OR, AND y NOT) para conectar los descriptores y elaborar la estrategia de búsqueda (Anexo). Además, se utilizaron los ajustadores de campo y la búsqueda se realizaron principalmente en título y resumen. También, los artículos se filtraron teniendo en cuenta 5 años de antigüedad, texto completo gratuito, estudios en inglés y español; posteriormente fueron exportados al programa de Microsoft Excel, a partir de ello se realizó la revisión por pares teniendo en cuenta para la validación de los

estudios los criterios de inclusión: artículos en español e inglés, de acceso gratuito, 5 años de antigüedad, y que contengan las variables de estudio como tema principal, no se consideraron los estudios duplicados, con más de 5 años y no contengan la variables de estudio. Luego se reunieron las revisoras, despejaron las discrepancias y llegaron a un consenso.

**Tabla 1. Descriptores de las variables de estudio en español e ingles**

<b>Efectos</b>	<b>Phubbing</b>	<b>Relaciones de pareja</b>
efectos	phubbing	“relación de pareja” - relationship
causas		“vinculo amoroso” - “love bond”
		“unión sentimental” - “sentimental union”
effect		“conexión afectiva” - “affective connection”
consequences		pareja - couple
		noviazgo - engagement
		matrimonio - marriage

Finalmente, se identificaron 51 estudios: 5 en Scopus, 36 en web of science, y 10 en Pubmed. Tras llevar a cabo una revisión exhaustiva de los artículos de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión, se logró obtener 07 artículos incluidos tal como lo muestra el diagrama de flujo (Figura 1). Por último, los resultados fueron organizados en una tabla teniendo en cuenta el autor, diseño de estudio, objetivo de investigación, instrumentos utilizados, población o muestra de estudio y resultados.



**Figura 1. Diagrama de flujo de la revisión**

## Resultados

Hasta setiembre del 2024 se identificaron 51 artículos 5 en de Scopus, 10 en Pudmed y 36 en WOS, después de la revisión se incluyeron 07 artículos de los cuales 04 fueron exploratorios y 03 correlacionales. En la tabla 2 se muestran los resultados correspondientes a la revisión, donde se puede evidenciar que el principal objetivo en los estudios correlacionales fue identificar cual es la relación entre el phubb y la satisfacción marital, mientras que, en los estudios exploratorios, su principal objetivo fue explicar los efectos del phubb en la relación marital.

Los resultados muestran que el comportamiento del uso excesivo del teléfono móvil, Internet, las redes sociales, los juegos y los SMS, afecta de forma directa a la

relación de pareja ya que en no prestar atención a la pareja deteriora la relación, afecta la interacción conyugal, causando escasa comunicación, escucha activa, generando desconfianza y presentan dificultades en la resolución de problemas, de tal manera que una pérdida de atención crea desconfianza (Aljasir, 2022; Khodabakhsh y Le 2021; Translated y Mosley 2023).

Asimismo, se evidencia que el phubbing trae como consecuencia una falta de aprecio por parte de su pareja, baja autoestima lo cual genera inseguridad y disminuye la satisfacción en la relación, desconexión emocional, ansiedad; se incrementa el apego evitativo ya que el uso del celular genera más distancia de la pareja, lo que puede incrementar los cuadros de ansiedad. Por otro lado el phubb y estar concentrado en el celular puede dar lugar a emociones negativas, como manifestaciones de ataques de ira, frustración, carencia de compañía, aislamiento, tristeza, sentimientos de malestar, los cuales solo ocurren en los días donde se encuentra con el phubbing. Además se intensifica la sensación de aislamiento, soledad y tristeza que pueden desencadenar en cuadros depresivos; y que las parejas que practican el phubb no se sienten satisfechas en sus relaciones (Zhan, 2022 ; Frackowiak et al., 2022; Wang et al., 2019 y Frackowiak et al., 2024).

. En los instrumentos usados para relacionar y explicar las variables se usaron la escala de (PHUB) de socios (PPS), la escala de Ajuste Diádico (DAS), Índice de Calidad de las Relaciones (QRI), Escala de (PHUB) de pareja, escala de Soledad por Russell, escala de respuesta interpersonal, escala de satisfacción marital, escala de Autoestima, escala de adicción al teléfono móvil, inventario de componentes de calidad de las relaciones percibidas (PRQC), escala de capacidad de respuesta percibida de la

pareja y cuestionario de emociones discretas (DEQ). La más usada fue la escala de Phubbing de Pareja creada por Robert y David (2016) (Khodabakhsh y Le, 2021; Zhan, 2022; Wang et al., 2019; Aljasir, 2022; Translated y Mosley, 2023; Frackowiak et al., 2022 y Frackowiak et al., 2024).

**Tabla 2. Descripción de los estudios incluidos**

Autor	Diseño	Objetivo	Instrumento	Muestra	Resultados
Khodabakhsh y Le (2021) Malasia	Correlacional	Explorar la relación entre la calidad conyugal. e investigar el papel moderador del género y la edad en esta relación.	Escala de phubbing de socios (PPS)  La Escala de Ajuste Diádico (DAS)	390 adultos casados de 21 y 60 años	Existe relación inversa significativa entre el phubbing con la calidad conyugal ( $r = -.419$ , es decir cuando la pareja muestra mayor interés en el teléfono celular estas conductas afectan de forma el bienestar de. pareja, como en la mala comunicación, dificultad de resolución de problemas, una pérdida de atención, crea desconfianza.
Zhan, (2022) China	Correlacional	Examinar si la soledad y la empatía desempeñan un papel en la satisfacción de las relaciones románticas y el comportamiento de phubbing	Índice de Calidad de las Relaciones (QRI) Escala de phubbing de pareja Escala de Soledad desarrollada por Russell (Russell, 1996) Escala de respuesta interpersonal	504 adultos casados y 464 adultos son solteros, pero mantienen una relación	Muestra que la satisfacción de la relación romántica tiene un efecto predictivo negativo significativo sobre la soledad (Efecto = $-0,088$ , $t = -3,401$ , $p < 0,01$ ), cuanto mayor es el nivel de empatía, más fuerte es el impacto de la satisfacción de la relación romántica
Wang et al., (2019)  China	Correlacional	Examinar si la autoestima y el estado civil moderaron la asociación en entre el phubbing de pareja y la satisfacción de la relación.	Escala de Phubbing de Socios La escala de satisfacción  Escala de Autoestima (Rosenberg)	429 adultos chinos 243 adultos estaban casados 186 adultos no estaban casados, pero tenían relaciones románticas	La autoestima moderó la asociación entre el phubbing de pareja y la satisfacción de la relación. Los adultos con alta autoestima, el phubbing de pareja se asoció significativamente con la satisfacción de la relación. Por el contrario, para los adultos con bajos niveles de autoestima, esta asociación dejó de ser significativa. La asociación entre el phubbing de pareja y la satisfacción de la relación también fue moderada por el estado civil, lo que mostró que la relación significativa entre el phubbing de pareja y la satisfacción de la relación solo existía entre adultos casados.
Aljasir (2022)		Explicar los	Escala de Phubbing de Pareja.	741 participantes	Confirmaron que el uso problemático del teléfono móvil, Internet, las redes

Arabia Saudita	Exploratorio	factores determinantes del phubbing, y su efecto en la satisfacción de la relación de pareja.	Escala de satisfacción con la relación escala de adicción al teléfono móvil escala de adicción a los SMS escala de adicción a Internet	casados	sociales, los juegos y los SMS tuvo un efecto positivo en el phubbing. Lo que significa que el uso excesivo fue la razón detrás del phubbing. Además, los phubbean a sus parejas como quienes están siendo phubbeados no sienten satisfechos en sus relaciones.
Translated y Mosley (2023) Estados Unidos	Exploratorio	Explorar el impacto de las conductas phubbing en la relación entre la ansiedad y la evitación del apego y la satisfacción de la relación para los miembros de una pareja.	Escala Partner Phubbing (phubbing) Escala Revisada de Experiencias en Relaciones Cercanas. Índice de Satisfacción de Parejas (Funk y Rogge, 2007) o CSI-16.	103 parejas	A medida que aumenta la ansiedad de la pareja, combinada con niveles promedio o más altos de phubbing, puede afectar negativamente la satisfacción de pareja. Esto indica que, tanto para hombres como para mujeres, los aumentos de evitación combinados con niveles promedio o más altos de phubbing pueden afectar negativamente la satisfacción de pareja de sus respectivas parejas.
Frackowiak et al., (2022)	Exploratorio	Explorar el impacto diario del phubbing de pareja en la calidad de las relaciones y los mecanismos de evaluación a nivel entre personas y dentro de ellas	Inventario de componentes de calidad de las relaciones percibidas (PRQC) Escala de capacidad de respuesta percibida de la pareja (PPRS) Escala de Juicio Moral.	Participantes 133	El hallazgo clave de este estudio es que los mecanismos de evaluación del phubbing de pareja, más que el acto de phubbing en sí, están directamente asociados con la calidad de la relación al final del día.
Frackowiak et al., (2024)	Exploratorio	Explorar si las experiencias emocionales están relacionadas con el phubbing de pareja y cómo amortiguarlas a nivel entre personas y dentro de ellas.	cuestionario diario phubbing escalas adaptadas Crawford et al. Escala de capacidad de respuesta percibida de la pareja (PPRS) Cuestionario de emociones discretas (DEQ)	133 participantes que vivían con su pareja	Los niveles de ira son significativamente más altos ( $p < 0,001$ ) en los días con phubbing ( $M = 1,80$ , $SD = 1,04$ ) que en los días sin ( $M = 1,31$ , $SD = 0,68$ ). Los niveles de soledad también son significativamente más altos ( $p < 0,001$ ) en los días con phubbing ( $M = 1,93$ , $SD = 1,14$ ) en comparación con los días en los que no se informó phubbing ( $M = 1,24$ , $SD = 0,65$ ). Lo mismo se aplica a las experiencias de tristeza ( $p < 0,001$ ; $M = 1,91$ , $DE = 1,15$ en los días con phubbing, y $M = 1,35$ , $DE = 0,72$ en los días sin), y sentimiento de malestar ( $p < 0,001$ ; $M = 1,74$ , $DE = 0,94$ en los días con phubbing, y $M = 1,28$ , $DE = 0,64$ en los días sin phubbing).

## Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo describir a través de la revisión bibliográfica el tema de efecto del phubbing en las relaciones de pareja. Los resultados muestran que existe una relación directa entre el phubbing y la relación de pareja, esta conducta que implica no prestar atención a la pareja, conlleva a un deterioro de la relación, porque no hay interacción conyugal efectiva, la comunicación es escasa y carente de escucha activa, lo que genera desconfianza y dificultades en la resolución de problemas. En este sentido, Schokkenbroek et al. (2022) indican que cuando las parejas pasan más tiempo en sus teléfonos, tienden a reducir el tiempo de interacción con su pareja, lo que disminuye la satisfacción y la calidad matrimonial. También McDaniel & Coyne (2016) encontraron que el phubb puede afectar directamente a la estructura de las relaciones más íntimas y tener cierta influencia sobre la calidad de vida de pareja y familia, de allí que pasar tiempo juntos y prestar atención a la pareja son muy importantes en una relación sana.

Asimismo, los resultados muestran que los efectos del phubbing en la relación de pareja, son falta de aprecio en la pareja, desconexión emocional, distanciamiento, inseguridad que incrementa la baja autoestima sino también el apego evitativo; además, da lugar a emociones negativas como de ataques de ira, frustración, carencia de compañía, aislamiento, tristeza, sentimientos de malestar, soledad y tristeza que pueden desencadenar en cuadros depresivos. Al respecto Wang et al. (2017) y Khodabakhsh y Le (2021) señalan que el uso excesivo de la tecnología, ya sean smartphones u otros aparatos electrónicos, genera conflictos y problemas en las relaciones de pareja, afectando, consecuentemente, el bienestar y la satisfacción de la misma y que cuando la pareja pasa más tiempo en sus teléfonos, tienden a minimizar el

tiempo de interacción con la pareja, esto reducirá la satisfacción de la relación y la calidad matrimonial en las parejas. Yun et al. (2022) y Chotpitayasunondh y Douglas (2018) arguyen que se ha evidenciado que utilizar el celular mientras se mantiene una conversación con la pareja, afecta la calidad de la comunicación y aumenta los niveles de distracción y deterioro de la relación. Por su parte Dwyer, et al. (2018) y Barrick et al. (2022b) agregan que la conducta de phubbing interfiere en diferentes aspectos como son la dinámica de la relación, el tiempo de compartir juntos, y la certeza de la confianza entre los miembros de la díada. Beukeboom y Pollmann (2021) indican que con el uso del celular se rompe la dinámica de pareja, el celular se convierte en un objeto distractor para la pareja y contribuye a la desconfianza. Tal es así que Lapierre y Custer (2021) encontraron que una mayor dependencia de los teléfonos inteligentes se asociaba directamente con una comunicación menos afectuosa y una menor satisfacción en la relación. Misra et al (2016) demostraron que las conversaciones en ausencia de tecnologías de comunicación móvil eran significativamente superiores en comparación con aquellas en presencia de un dispositivo móvil y Nina-Estrella (2020) evidenciaron que tenían cuando las parejas sostenían conversaciones en ausencia de dispositivos móviles presentaban niveles más altos de preocupación empática. Asimismo, la literatura enfatiza que la interacción con los teléfonos móviles ha generado un aumento de la depresión, la soledad, disminución del rendimiento académico un aumento de la ansiedad y una disminución de la calidad del sueño (Demirci, et al. 2015; Matar y Jaalouk, 2017 y Alhassan et al., 2018).

. Dentro de los instrumentos más usado para evaluar el phubb fue la escala de Phubbing de Pareja creada por Robert y David (2016) el cual tiene como objetivo examinar cómo el phubbing afecta la satisfacción de la relación y las relaciones

románticas en general. consta de nueve ítems que miden la frecuencia con la que la pareja del participante realiza conductas de phubbing, los ítems se califican en una escala Likert de cinco puntos. Oscilaron entre 1 (nunca) y 5 (todos a la vez). Cuanto mayor sea la puntuación, mayor será la frecuencia de phubbing cuando están con su pareja. Este instrumento es usado ampliamente en todo el mundo porque presenta evidencias de validez y fiabilidad muy confiables como  $\alpha$  de Cronbach es 0,84 y la validez de la estructura es 0,87 (Robert y David, 2022).

### **Conclusiones**

El phubb afecta directamente a la relación de parejas, cuyos efectos se manifiestan en falta de aprecio mutuo, desconexión emocional, distanciamiento, aumento de la inseguridad que puede derivar en baja autoestima y apego evitativo. Además, puede provocar emociones negativas como ataques de ira, frustración, sensación de soledad, aislamiento y tristeza, las cuales generan un malestar generalizado y, en algunos casos, pueden desencadenar cuadros depresivos.. En cuanto a la evaluación del phubbing en contextos de pareja, el instrumento más usado fue la escala de Phubbing de Pareja creada por Robert y David (2016).

### **Limitaciones**

Las limitaciones presentadas fueron que existen escasos estudios acerca de esta temática. Además, se incluye la posibilidad de sesgo de selección y de publicación en los estudios revisados, así como la variabilidad en los métodos y medidas utilizadas en cada investigación. Se recomienda revisar estudios con otras variables que expliquen mejor los mecanismos subyacentes a estas relaciones.

### **Referencias**

Aguilera Eguía, R. (2014). ¿Revisión sistemática, revisión narrativa o metaanálisis?

Revista de La Sociedad Española Del Dolor, 21(6), 359-360.

<https://doi.org/https://dx.doi.org/10.4321/S1134-80462014000600010>

Aljasir, S. (2022). Present but Absent in the Digital Age: Testing a Conceptual Model of Phubbing and Relationship Satisfaction among Married Couples. 2022.

<https://doi.org/10.1155/2022/1402751>

Alhassan, A., Alqadhib, E., Taha, N., Alahmari, R., Salam, M., & Almutairi, A. (2018).

The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: A cross sectional study. BMC Psychiatry, 18(1), 1–9.

<https://doi.org/10.1186/s12888-018-1745-4>

Barrick, E. M., Barasch, A., & Tamir, D. I. (2022a). The unexpected social consequences of diverting attention to our phones. In Journal of Experimental Social Psychology (Vol. 101). <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2022.104344>

Barrick, E. M., Barasch, A., & Tamir, D. I. (2022b). The unexpected social consequences of diverting attention to our phones. Journal of Experimental Social Psychology, 101(April), 104344. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2022.104344>

Beukeboom, C. J., & Pollmann, M. (2021). Computers in Human Behavior Partner phubbing : Why using your phone during interactions with your partner can be detrimental for your relationship. Computers in Human Behavior, 124(March), 106932. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106932>

Capilla, E., & Cubo, S. (2017). Phubbing . Wing Network Connected and Disconnected From Reality. an Analysis in Relation To Psychological Well-Being . Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación, núm. 50, 173–186.

[www.redalyc.org/articulo.oa?id=36849882012](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36849882012)

Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>

Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>

Cizmeci Ümit, E. (2017). Both sides of the coin: Smartphone in romantic relationships of youth. *Electronic Journal of Social Sciences*, 16(63), 1400–1415.

Demirci, K., Akgönül, M., & Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 85–92. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010>

Dwyer, R., Kushlev, K., & Dunn, E. (2018). Smartphone use undermines enjoyment of face-to-face social interactions. *Journal of Experimental Social Psychology*, 78, 233–239. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jesp.2017.10.007>

Frackowiak, M., Hilpert, P., & Sophie, P. (2022). Computers in Human Behavior Partner’s perception of phubbing is more relevant than the behavior itself: A daily diary study. *Computers in Human Behavior*, 134(February), 107323. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107323>

Frackowiak, M., Ochs, C., Wolfers, L., & Vanden Abeele, M. (2024). Commentary: Technoference or parental phubbing? A call for greater conceptual and operational clarity of parental smartphone use around children. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 65(8), 1108–1114. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13917>

- González-Rivera, J., Segura-Abreu, L., & Urbistondo-Rodríguez, V. (2018a). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones: Revista de Avances En Psicología*, 4(2), 143–151. <https://doi.org/10.24016/2018.v4n2.117>
- González-Rivera, J., Segura-Abreu, L., & Urbistondo-Rodríguez, V. (2018b). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones: Revista de Avances En Psicología*, 4(2), 143–151. <https://doi.org/10.24016/2018.v4n2.117>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, I., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Khodabakhsh, S., & Le, Y. (2021). Impact of partner phubbing on marital quality among married couples in Malaysia: Moderating effects of gender and age. *Aloma*, 39(1), 9–16. <https://doi.org/10.51698/ALOMA.2021.39.1.9-16>
- Lapierre, M. A., & Custer, B. E. (2021). Testing relationships between smartphone engagement, romantic partner communication, and relationship satisfaction. *Mobile Media & Communication*, 9(2), 155-176. <https://doi.org/10.1177/2050157920935163>
- Maftei, A., & Măirean, C. (2023). Put your phone down! Perceived phubbing, life satisfaction, and psychological distress: the mediating role of loneliness. *BMC Psychology*, 11(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01359-0>

Matar, J., & Jaalouk, D. (2017). Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students- A cross sectional study. PLoS ONE, 12(8), 1–15.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0182239>

McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). “Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. Psychology of Popular Media Culture, 5(1), 85–98.

<https://doi.org/10.1037/ppm0000065>

Misra, S., Cheng, L., Genevie, J. y Yuan, M. (2016). El efecto iPhone: la calidad de las interacciones sociales en persona en presencia de dispositivos móviles.

Environment and Behavior , 48 (2), 275-298.

<https://doi.org/10.1177/0013916514539755>

Nina-Estrella, R., Montero-López, M. & Manríquez, J. (2020). Phubbing, comunicación tecnológica y calidad de la relación de pareja. Revista Iberoamericana de Psicología issn-I:2027-1786, 13 (3),

<https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/1906>

Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2023) Noticias ONU. Más del 75% de la población mundial tiene un teléfono celular y más del 65% usa el internet

<https://news.un.org/es/story/2020/10/1482212>

Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. Journal of Social and Personal Relationships, 30(3), 237–

246. <https://doi.org/10.1177/0265407512453827>

Rendón Vélez y, L. J. (2022). El phubbing y las relaciones de pareja adulta. Poiésis, 42, 49–61. <https://doi.org/10.21501/16920945.3792>

Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>

Roberts, J., & David, M. (2022). Partner phubbing and relationship satisfaction through the lens of social allergy theory. *Personality and Individual Differences*, 195,

111676. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111676>

Schokkenbroek, J. M., Hardyns, W., & Ponnet, K. (2022). Computers in Human Behavior Phubbed and curious: The relation between partner phubbing and electronic partner surveillance. *Computers in Human Behavior*, 137(July), 107425.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107425>

Translated, M., & Mosley, M. A. (2023). Machine Translated by Google problema del phubbing: una exploración diádica del papel moderador del phubbing de pareja en el apego y la satisfacción de pareja y.

Vanden, M., Hendrickson, A., Pollmann, M., & Ling, R. (2019). Phubbing behavior in conversations and its relation to perceived conversation intimacy and distraction: An exploratory observation study. *Computers in Human Behavior*, 100, 35–47.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.06.004>

Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12–17.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>

Wang, X., Zhao, F. y Lei, L. (2019). Phubbing de pareja y satisfacción en la relación: autoestima y estado civil como moderadores. *Current Psychology*.

<https://doi.org/10.1007/s12144-019-00275-0>

Xie, J., Luo, Y., & Chen, Z. (2023). Relationship between Partner Phubbing and Parent–Adolescent Relationship Quality: A Family-Based Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1).

<https://doi.org/10.3390/ijerph20010304>

Yun, T., Yuhong, L., & Zhao, J. (2022). Mediating effect of the level of marital satisfaction in the relationship between partner phubbing and depression at the end of pregnancy. *Mediating Effect of the Level of Marital Satisfaction in the Relationship between Partner Phubbing and Depression at the End of Pregnancy*, 25(20), 2541–2546. <https://doi.org/10.12114/j.issn.1007-572.2022.0072>

Zhan, S. (2022). Romantic relationship satisfaction and phubbing: The role of loneliness and empathy. *October*, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.967339>

## Anexo:

### Estrategia de búsqueda

Base de datos	Estrategia de búsqueda	Resultados
<b>SCOPUS</b>	TITLE (effect OR consequences) AND TITLE (phubbing) AND TITLE ("relationship" OR "love bond" OR "sentimental union" OR "affective connection" OR couple OR engagement OR marriage) AND PUBYEAR > 2019 AND PUBYEAR < 2025	Resultado: artículos 05
<b>WEB OF SCIENCE</b>	((ALL=(effect OR consequences)) AND TI=(phubbing)) AND TI=("relationship" OR "love bond" OR "sentimental union" OR "affective connection" OR partner OR engagement OR marriage) AND PY=(2024 OR 2023 OR 2022 OR 2021 OR 2020).	Resultado: Artículo 36
<b>PUB MED</b>	Pud med: ((effects OR consequences) AND (phubbing)) AND (relationship OR "love bond" OR "affective connection" OR couple OR engagement OR marriage)	Resultado: artículos 10
<b>Total</b>		51